

MODEL PENGEMBANGAN *WELL BEING* PADA PESERTA DIDIK

Oti Jembarwati
otihateaz@gmail.com
Universitas Semarang

Abstrak

Penelitian dilakukan pada SMA Gita Bahari Semarang analisis dari hasil serangkaian pelatihan dari program pengabdian yang peneliti lakukan di SMA Gita Bahari. Subjek penelitian terdiri dari 30 peserta didik kelas X, berjumlah 20 orang tiap kelas. Dari hasil penelitian diperoleh Model Regresi sbb: $-2A-3,65B+0,49C+0,514D=Y$, dengan koefisien regresi 0,57, kekuatan prediksi model 32,5%. Hasil penelitian memperlihatkan pengaruh negatif dari ekspresi emosi dan Resiliensi pada kesejahteraan emosi, sedangkan orientasi masa depan dan tipe guru meningkatkan kesejahteraan emosi. Ekspresi emosi yang kurang berperan secara instrumental dengan skor yang rendah serta faktor budaya dalam pemaknaan Resiliensi ekspresi menjadi dasar pembahasan model regresi. Tipe Guru dan Orientasi Masa Depan menjadi penting untuk pengembangan lebih lanjut mempertimbangkan pengaruhnya yang positif bagi kesejahteraan emosi. Kajian lebih lanjut secara ediamonik pada kesejahteraan emosi, pelatihan, dan penerapan pemahaman tipe guru, dan orientasi masa depan yang lebih intensif diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan emosi pada peserta didik. Jumlah Subjek yang lebih banyak diperlukan agar kesimpulan yang diambil lebih dapat digeneralisasikan bagi populasi yang lebih luas.

Kata Kunci: Ekspresi Emosi, Orientasi masa Depan, Resiliensi, Tipe Perilaku Interpersonal Guru, Kesejahteraan Emosi

Abstract

The study was conducted on SMA Gita Bahari Semarang analysis from the results of a series of training programs of devotion that researchers do in SMA Gita Bahari. Research subjects consisted of 30 students of class X, amounting to 20 people per class. From the research results obtained Regression Model as follows: $-2A-3,65B + 0,49C + 0,514D = Y$, with regression coefficient 0,57, strength prediction model 32,5%. The results show the negative effects of emotional expression and resilience on emotional well-being, while future orientation and teacher type improve emotional well-being. Inferior emotional expression instrumental with low scores as well as cultural factors in interpretation Resilience expression becomes the basis of the regression model. Teacher Type and Future Orientation become important for further development considering its positive impact on emotional well-being. Further ediamonic studies on emotional well-being, training, and application of Teacher Type Understanding, and a more intensive Future Orientation are expected to improve Emotional Wellbeing among learners. More number of Subjects is needed to make the conclusions more generalizable to the wider population.

Keywords: Emotional Expressions, Future Orientation, Resilience, Teacher Interpersonal Behavior, Emotional Wellbeing

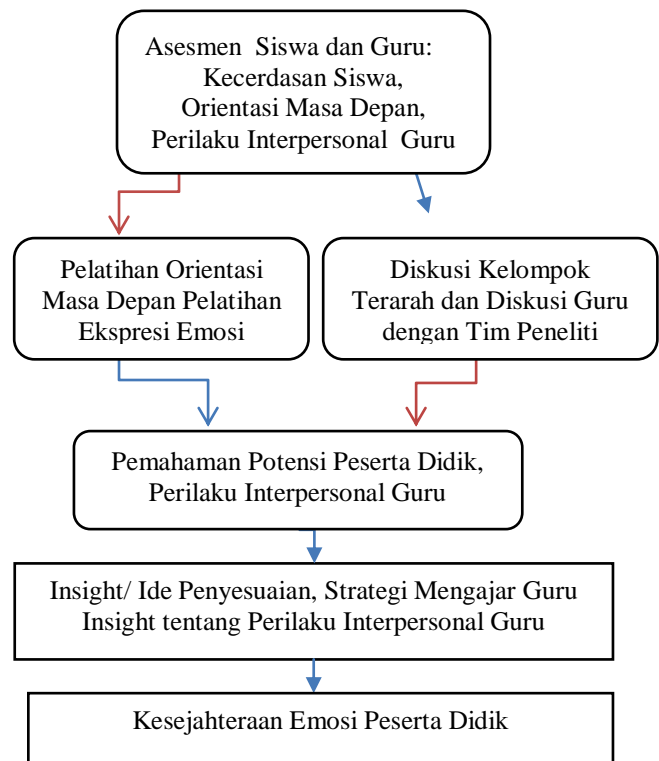
Pendahuluan

Penelitian ini dilakukan berdasarkan penelitian sebelumnya mengenai peran harapan keberhasilan studi dan persepsi siswa terhadap perilaku interpersonal guru dengan kesejahteraan emosi pada siswa SMA Gita Bahari di Semarang. Penelitian tersebut adalah harapan keberhasilan studi dan persepsi perilaku interpersonal guru berperan dalam kesejahteraan emosi siswa (OtiH, 2012), peran orientasi masa depan, terhadap harapan keberhasilan. Hal yang tidak disukai atau ditakuti adalah masa depan (67%). Peran persepsi positif siswa terhadap perilaku interpersonal guru membentuk kontak antara guru dan peserta didik sehingga membantu peserta didik keluar dari perenungan negatif serta dapat memperoleh makna dan tujuan hidup (Cantora & Sanderson, dalam Linley & Joseph, 2004).

Adapun orientasi masa depan siswa dapat meningkatkan peran harapan keberhasilan studi siswa. Penelitian awal dilakukan tim peneliti mengenai Persepsi siswa tentang perilaku interpersonal guru di sebuah SMA Swasta (X) di Semarang diperoleh data, guru yang memberi kebebasan (*student freedom*) dan memahami (*understanding*) siswa berhubungan dengan kesejahteraan emosi. Kondisi umum di SMA X tempat penelitian awal menggambarkan adanya perbedaan antara kebutuhan dengan kenyataan. Siswa menjawab “sering” pada item guru mudah tersinggung, menampilkan ekspresi tidak suka, tidak mudah menerima usul perubahan, mudah menilai perilaku siswa, membuat siswa

segan memulai pembicaraan, cenderung memimpin dalam kelas (*admonishing dan leadership*). Lebih dari 50% siswa cenderung mempersepsi perilaku interpersonal guru menegur (*admonishing*) dan kaku (*strict*). Lebih lanjut, program prevensi dapat dilakukan dengan melatih guru berdasarkan perilaku interpersonal guru yang dibutuhkan siswa.

Berdasarkan beberapa peneliitian sebelumnya tersebut, peneliti melakukan penelitian secara sekaligus pada variabel-variabel yang sudah diteliti diatas, dengan meneliti pengaruhnya terhadap kesejahteraan emosi peserta didik. Berdasarkan Penelitian sebelumnya maka kerangka pikir pada penelitian ini sebagai berikut;



Psikotes peserta didik dengan Tes Kecerdasan, Minat dan Bakat, Orientasi Masa Depan Siswa. Pelatihan Peserta Didik meliputi: Orientasi Masa Depan,

Pemahaman Perilaku Interpersonal Guru. Maka model yang ditawarkan adalah pengaruh pemahaman guru tentang kecerdasan siswa, orientasi masa depan siswa dan perilaku interpersonal guru terhadap strategi mengajar dan pemahaman perilaku interpersonal guru-siswa. Permasalahan mengenai rendahnya orientasi masa depan siswa pada SMU Swasta di Semarang berkaitan erat dengan rendahnya upaya sekolah dalam mengenali bakat, serta arahan bagi masa depan siswa. SMU swasta, dimaknakan sebagai sekolah yang dipinggirkan karena menerima siswa sisa dari siswa yang tidak diterima di SMU Negeri. Tingkat kecerdasan yang rata-rata dan motivasi belajar yang rendah sehingga terkadang upaya pembinaan menjadi kurang maksimal sehingga siswa beresiko mengalami kenakalan remaja. Penelitian terapan ini diharapkan dapat meningkatkan minat pihak sekolah, guru bimbingan konseling maupun sekolah untuk berupaya tetap mengembangkan siswa. Diharapkan mereka memiliki harapan keberhasilan yang meningkat serta tetap mengarahkan upaya perencanaan masa depan disamping persepsi siswa terhadap guru membuat guru memiliki gambaran untuk membentuk dukungan yang diperlukan siswa.

Tujuan Penelitian ini yaitu: menguji model regresi pelatihan karakter dan profil Guru dalam perilaku interpersonal terhadap kesejahteraan emosi peserta didik.

Adapun tahapan tahapan yang dilakukan sebagai tujuan antara adalah :

- a. Psikotes kecerdasan pada siswa kelas X
- b. Memberikan pelatihan orientasi masa depan, ekspresi emosi, pemahaman perilaku interpersonal pada guru dan siswa, Pemberian informasi tentang perilaku interpersonal guru maupun siswa.
- c. Memperoleh data tentang hasil pelatihan berupa orientasi masa depan, pemberian informasi perilaku interpersonal guru menurut guru dan siswa. Mengetahui hasil diskusi dan diskusi guru dan tim peneliti.
- d. Menguji model dan keberartian model pelatihan dan penanganan siswa dalam perspektif perilaku interpersonal guru-siswa.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi peserta didik dengan membantu guru Bimbingan Konseling meningkatkan pelayanan pada siswa serta peningkatan kesadaran guru dan pihak sekolah untuk terlibat aktif pada perkembangan psikologis siswa SMU Swasta di Semarang.

Kajian Literature

Pentingnya Orientasi Masa Depan dalam Kesejahteraan Emosi

Masa remaja diklasifikasikan Departemen Kesehatan berusia 10-19 tahun dan belum menikah. Masa remaja umumnya ditandai dengan perkembangan fisik, emosi, kognitif dan sosial yang rawan serta tuntutan tugas perkembangan yang tidak mudah. Kerawanan tersebut menjadi faktor yang menghambat upaya remaja dalam melanjutkan pendidikan dan bekerja. Hal ini sebagaimana dikemukakan oleh Monks, Knoers &

Haditono (2002) bahwa proses pemenuhan tugas perkembangan remaja tidak selalu berjalan lancar karena menghadapi tekanan dan hambatan akibat kerawanan secara fisik, kognitif, sosial dan emosi. Santrock (2002) menambahkan bahwa kondisi remaja semacam ini dapat mempengaruhi remaja dalam mempertimbangkan kesesuaian cita-cita, kemampuan, ketertarikan, bakat, kondisi emosi, dan pemikiran masa depan.

Salah satu kondisi rawan yang menarik untuk dibahas adalah kondisi emosi remaja. Emosi remaja cenderung labil dengan fluktuasi perasaan yang mudah berubah. Remaja dapat dengan mudah jatuh ke dalam kondisi afek yang sangat negatif namun berpeluang berubah menjadi kondisi afek yang positif (Santrock, 2002).

Kondisi emosi remaja dapat dipahami /secara mendalam dalam konsep kesejahteraan emosi. Kesejahteraan emosi (*emotional well-being*) yaitu kondisi afek positif dan negatif yang dialami remaja pada kurun waktu tertentu. Seseorang dikatakan sejahtera bila afek positif lebih sering dirasakan dibandingkan afek negatif. Kesejahteraan emosi mempunyai beberapa aspek diantaranya adalah afek positif dan afek negatif. Pada individu yang sejahtera secara emosi, afek positif lebih sering dialami dibanding afek negatif (Diener, & Lucas dalam Lewis & Haviland-Jones, 2000). Kesejahteraan emosi merupakan hasil pengalaman berinteraksi dengan lingkungan sepanjang kehidupan, sehingga dengan memperoleh data tentang kesejahteraan emosi dapat diketahui pula perasaan negatif yang

ditimbulkan dari sumber stres saat berinteraksi dengan lingkungan. Informasi tentang hal-hal yang menimbulkan perasaan negatif saat remaja berinteraksi dengan lingkungan penting untuk meningkatkan dukungan lingkungan bagi kesejahteraan emosi. Khususnya dalam kesejahteraan siswa, aspek afektif (*emotional wellbeing*) menjadi keluaran yang penting dipertimbangkan pada kesejahteraan siswa (Knuver, Brandsma, Samdal, & Opdenakker, dalam Petegem, 2008).

Perilaku Interpersonal Guru

Persepsi siswa terhadap perilaku interpersonal guru mengacu pada definisi Schunk & Mee (dalam Wubbels, dkk, 2005) yaitu pikiran, perasaan, dan keyakinan siswa terhadap guru dan situasi kelas. Hasil studi tentang persepsi siswa terhadap perilaku interpersonal guru dilakukan oleh Brekelmans, Wubbels, & Brok (dalam Wubbels & Brekelmans, 2005). Brekelmans dan Wubbels menemukan hubungan antara *proximity* dengan motivasi siswa, sedangkan Den Brok (dalam Wubbels & Brekelmans, 2005) menemukan korelasi yang kuat antara *helpfull*, *understanding* dan *cooperatif* dengan kepuasan, kepercayaan diri dan upaya siswa. *Understanding* dan *cooperatif* berefek lebih besar pada afek siswa (Brok, dalam Wubbels & Brekelmans, 2005). Engels, Aelterman, Deconinck, & Schepens, (dalam Petegem dkk, 2007) menemukan guru yang dipersepsi *helpful/friendly* dan *understanding* berkorelasi positif dengan kesejahteraan emosi siswa sedangkan guru

yang dipersepsi *authoritative* dan *directive* berpengaruh kuat pada sikap belajar siswa. Penelitian lain di Turki, Singapura, dan Brunei memperlihatkan efek kuat persepsi siswa terhadap guru *understanding*, dan *helpful* menghasilkan perasaan bahagia pada siswa. (Den Brok & Fisher, dalam Wubbels & Brekelmans, 2005; Koul, dkk, 2004).

Efek positif persepsi siswa terhadap perilaku interpersonal guru bahasa di Belgia dan Canada meningkatkan motivasi siswa (Lapointe, Legault & Batiste, dalam Petegem dkk, 2007), sedangkan Van Amelsvoort (dalam Wubbels & Brekelmans, 2005) menemukan guru yang dipersepsi *helpful/friendly* dan *understanding* berkorelasi dengan perasaan positif terhadap sekolah dan kepercayaan diri siswa. Pentingnya persepsi siswa terhadap perilaku interpersonal guru tampak pula pada dinamika perilaku bermasalah. Beberapa perilaku siswa bermasalah berawal dari persepsi terhadap guru yang buruk. Thorson, Plank, Mc. Dill, Partland, & Jordan (dalam Torres, 2007) pernah mewawancarai 14 siswa dari sekolah umum maupun khusus. Siswa-siswa tersebut melawan, bolos dan tidak hormat karena dipaksa masuk sekolah minggu. Tindakan tersebut dilakukan sebagai upaya melawan guru yang dianggap tidak efektif dan kasar. Perilaku interpersonal guru berkaitan pula dengan pencapaian tujuan instruksional pengajaran dalam manajemen kelas (Doyle dalam Evertson & Weinstein, 2006). Pada pencapaian tujuan instruksional, guru tidak hanya dinilai dalam segi pengetahuan dan

keahlian tetapi juga sebagai sosok yang dapat dipercaya dan berperan sebagai teladan bagi siswa.

Pada persepsi siswa tentang perilaku interpersonal guru, siswa dianggap sebagai individu yang aktif memproses informasi dalam suatu proses komunikasi. Siswa bukan penerima yang pasif. Siswa bahkan mampu membentuk persepsi menolak, menghindar, bertanya ataupun melakukan perlawanan. Perilaku siswa sesuai dengan interpretasi siswa terhadap proses yang terjadi dalam kelas dan interaksi dengan guru (Schloser & Sheets, dalam Wubbels & Brekelmans, 2005).

Lebih lanjut perilaku interpersonal guru mempengaruhi makna informasi yang disampaikan. Sebagai contoh, penolakan guru terhadap pertanyaan siswa karena guru tidak mendengar dapat menimbulkan interpretasi siswa bahwa guru sibuk atau siswa menilai bahwa pertanyaan tersebut tidak sesuai (Wubbels & Brekelmans, 2005).

Wubbels dan Brekelmans (dalam Wubbels dkk, 2005) menganalisis perilaku mengajar dari guru berdasarkan tipe perilaku interpersonal, yang kemudian siswa diminta untuk mengisi alat ukur tersebut berdasarkan persepsi mereka tentang perilaku interpersonal guru. Kuesioner persepsi siswa terhadap perilaku interpersonal guru pada QTI (Questioner Teaching Inventory) terdiri dari (1) *admonishing* atau mudah marah, tersinggung dan menghukum, (2) *strict* atau tenang serta menerapkan aturan dan norma, (3) *leadership* atau memimpin dan menstrukturisasi situasi ruang kelas, (4)

helping/friendly atau membantu, humoris, bekerja sama, dan bersahabat, (5) *dissatisfied* atau mengekspresikan rasa kecewa dan ketidakpuasan dengan kritik serta menginginkan kelas yang sunyi, (6) *uncertain* atau memaafkan dan membiarkan perilaku siswa yang salah, *low profile*, (7) *student freedom* atau memberi kesempatan dan persetujuan siswa bekerja mandiri penuh tanggung jawab, dan (8) *understanding* atau memahami dan empatik pada siswa.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan melakukan pelatihan terhadap siswa dalam orientasi masa depan siswa. Pada guru diberikan kemudian pemahaman tentang perilaku interpersonal guru menurut guru dan siswa serta kondisi kecerdasan siswa. Skor pengisian skala oleh peserta didik diberitahukan pada guru mengenai perilaku interpersonal guru menurut siswa, dan guru mengisi *self repot* tentang perilaku interpersonal guru. Pada sesi berikutnya dilakukan diskusi antara guru dan peneliti mengenai kecerdasan, perilaku interpersonal guru menurut siswa dan orientasi masa depan siswa hingga guru memperoleh insight tentang kondisi siswa dan strategi mengajar yang dipilih. Secara singkat tahapan penelitian adalah sbb :

No	Kegiatan
1	Melakukan Tes Kecerdasan Pada Siswa
2	Pelatihan Orientasi Masa Depan, diakhiri dengan pemberian skala pada siswa. Skala telah sebelumnya diuji validitas dan reliabilitasnya.
3	Pemberian Skala Perilaku Interpersonal guru menurut siswa.

	Skala telah sebelumnya diuji validitas dan reliabilitasnya.
4	Pemberian Self Report pada Guru dilanjutkan dengan diskusi dan wawancara dengan menyampaikan hasil tes kecerdasan, perilaku interpersonal guru menurut siswa dan orientasi masa depan siswa.
5	Hasil Jawaban Guru dianalisis dan dikelompokkan oleh professional judgment dengan lembar checklist observasi utk mengelompokkan data.

Orientasi masa depan yaitu pemikiran tentang antisipasi yang dapat dilakukan di masa depan berupa motivasi, perencanaan dan evaluasi hal-hal yang dapat dilakukan di masa depan di bidang pendidikan dan pekerjaan.

Perilaku interpersonal guru adalah pikiran, perasaan, dan keyakinan siswa saat berinteraksi dengan guru. Dimensi yang ada dalam QTI (*Questioner Teacher Interpersonal*) dari Wubbel. Penggunaan kuesioner ini ditujukan untuk mengetahui kecenderungan persepsi positif dan negatif siswa terhadap perilaku interpersonal guru. Skor tiap *item* berkisar dari 0 sampai 4, mulai dari tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sampai sering. Setiap aspek terdiri dari 7 item, sehingga total semuanya terdapat 56 item pertanyaan.

Subjek penelitian adalah peserta didik kelas 10 SMA Gita Bahari, di Kota Semarang. Teknik sampling yang dilakukan adalah Random Sampling.

Setelah melakukan pelatihan orientasi masa depan, tim peneliti melakukan diskusi dan konseling bersama guru mengenai hasil psikotes kecerdasan, dan perilaku interpersonal guru menurut siswa. Guru juga diminta menilai sendiri perilaku interpersonal guru. Hasilnya kemudian dibuat dalam analisis mengenai

pemahaman guru terhadap strategi belajar yang sesuai dan kecerdasan serta perilaku interpersonal guru menurut siswa.

Data kemudian dikumpulkan dengan menyebarkan skala yang diisi Siswa. Skala tersebut adalah orientasi masa depan, perilaku interpersonal guru menurut siswa. Sedangkan data pemahaman guru dikumpulkan melalui wawancara dengan guru berupa data kualitatif yang kemudian di kuantifikasikan dalam pengkategorian data.

Skala dibuat berdasarkan diskusi kelompok terarah dan teori orientasi masa depan dari Nurmi menggunakan skala Likert. Skala Likert dikembangkan dengan 4 pilihan respon .Keempat pilihan respon tersebut adalah sangat bahagia, bahagia, tidak bahagia, dan sangat tidak bahagia.Pada butir *favourable*, skor bergerak dari 1-2-3-4. Semakin tinggi total skor maka semakin tinggi pula kesejahteraan emosional. Semakin rendah total skor maka semakin rendah pula orientasi masa depan siswa.

Skala Persepsi Siswa terhadap Perilaku Interpersonal Guru

Tabel 2. Perilaku Interpersonal Guru sebelum *Try Out*

Aspek	No. Item
Keyakinan (<i>agency</i>).	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 28, 31, 34
Upaya dan cara (<i>pathway</i>).	2, 6,4, 8, 10, 12, 14,16, 18, 22, 24, 26, 28, 29, 32
a. perasaan tentang peluang keberhasilan berdasarkan	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 30, 33, 36

pengalaman (<i>pathway</i>), yaitu: b. perasaan siswa terhadap pengalaman keberhasilan studi, c. perasaan siswa terhadap pengalaman kegagalan studi, d. perasaan siswa terhadap masa depan.	
--	--

Tabel 3 Persepsi Perilaku Interpersonal Guru sebelum *Try Out*

Perilaku Interpersonal Guru	Unfavourable /Favourable	No. Item
<i>Admonishing</i> : mudah marah atau tersinggung,m engoreksi, mengekspresi kan rasa tersinggung, dan menghukum.	<i>Unfavourable</i>	1, 9, 17, 25, 33, 41, 49, 57
<i>Strict</i> : menjaga ketenangan, melakukan cek, menilai, serta menerapkan aturan dan norma.	<i>Unfavourable</i>	2, 10, 18, 26, 34, 42, 50, 58
<i>Leadership</i> : memimpin, mengorganisir , prosedural, dan menstrukturisa si situasi ruang kelas.	<i>Favourable</i>	3, 11, 19, 27, 35, 43, 51, 59
<i>Helping/friend ly</i> : membantu, mengembangk an humor, bekerja bersama-sama, dan bersahabat.	<i>Favourable</i>	4, 12, 20, 28, 36, 44, 52, 60

<i>Dissatisfied:</i> mengekspresikan rasa kecewa, ketidakpuasan, kritik, dan menginginkan kondisi yang tenang(kelas yang sunyi).	<i>Unfavourable</i>	5, 13, 21, 29, 37, 45, 53, 61
<i>Uncertain:</i> memaafkan dan membiarkan perilaku siswa yang salah, <i>low profile</i> .	<i>Unfavourable</i>	6, 14, 22, 30, 38, 46, 54, 62
<i>Student freedom:</i> memberi kesempatan dan persetujuan pada siswa bekerja secara mandiri dan bertanggung jawab.	<i>Favourable</i>	7, 15, 23, 31, 39, 47, 55, 63
<i>Understanding:</i> menjadi pendengar, tampak berminat pada siswa, empatik, percayadiri, dan memahami.	<i>Favourable</i>	8, 16, 24, 32, 40, 48, 56

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif menggunakan analisis regresi berganda untuk mengetahui pengaruh pelatihan orientasi masa depan, persepsi siswa terhadap perilaku interpersonal guru, pengetahuan guru tentang persepsi siswa terhadap perilaku interpersonal guru terhadap kesejahteraan emosi siswa. Terdapat Post Tes dan Pre Test Setelah Pelatihan.

Model Persamaan Regresi Linear Berganda

Model persamaan regresi linear berganda dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

$$Y = b_0 + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Dimana b_0 disebut koefisien *intercept* dan b_1 disebut koefisien regresi *partial* antara Y dengan X_1 . Untuk menghitung nilai koefisien b_1, b_2, \dots, b_k dapat menggunakan Metode Kuadrat Terkecil (*Least Square Method*). Setelah koefisien regresi didapatkan, maka langkah selanjutnya adalah menguji keberartian koefisien-koefisien regresi tersebut.

Hasil Penelitian Tabel 4

		Ekspresi Emosi	Resilience	OMD	Tipe Guru	EWB
N		27	32	19	18	26
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	49,85	178,75	57,16	178,06	51,7692
	Std. Deviation	35,043	20,577	8,050	31,231	34,26171
Most Extreme Differences	Absolute	,156	,130	,112	,086	,152
	Positive	,156	,077	,092	,086	,152
	Negative	-,099	-,130	-,112	-,082	-,099
Test Statistic		,156	,130	,112	,086	,152
Asymp. Sig. (2-tailed)		,089 ^c	,181 ^c	,200 ^{c,d}	,200 ^{c,d}	,124 ^c

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.
c. Lilliefors Significance Correction.
d. This is a lower bound of the true significance.

Sesuai hasil analisis statistika menggunakan regresi linear multivariate diperoleh model , seperti pada tabel 5, sbb;

Tabel 5. Model Regresi Coefficients^a

E		Unstandardized Coefficients		Beta	t	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	113,477	98,613		1,151	,271
	Ekspresi Emosi	-,173	,252	-,200	,688	,504
	Resilience	-,689	,491	-,365	1,402	,184
	OMD	,179	,909	,049	,197	,847
	Tipe Guru	,450	,214	,514	2,102	,056

a. Dependent Variable: EWB

Pada tabel 6, Model Regresi yang terbentuk dapat menerangkan pengaruh dengan kekuatan prediksi sebesar $R = 0,325$ %, dengan koefisien regresi 0,570

Tabel 5.
Kekuatan Model dalam menjelaskan pengaruh
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,570 ^a	,325	,117	25,68632

a. Predictors: (Constant), TipeGuru, Resilience, OMD, EkspresiEmosi

Tabel 6. Rata-rata Skor Ekspresi Emosi, resiliensi, Orientasi Masa depan, Tipe Guru, dan Kesejahteraan Emosi
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Ekspresi Emosi	27	0	134	49,85	35,043
Resilience	32	118	211	178,75	20,577
OMD	19	41	71	57,16	8,050
TipeGuru	18	127	235	178,06	31,231
EWB	26	6,00	134,00	51,7692	34,26171
Valid N (listwise)	18				

Tabel 7. Analisis Data Prosentase Jawaban Pada Ekspresi Emosi

No Item	Item	Prosentase Peserta didik
1	Sering tidak mampu menyesuaikan dengan situasi kapan harus mengekspresikan perasaan saya.	90%
2	Hanya dapat mengekspresikan emosi positif saya.	93%

3	Terkadang bertengkar dg peserta didik lain karena salah faham	90%
4	Saya merasa terlibat saat menyampaikan komunikas.	57%
5	Saya sudah dpt mengenali situasi kpn dan bgmn ekspresi emosi mungkin dilakukan di lingkungan	57%
6	Pernah mengenali emosi sendiri, dan Arti dari reaksi emosi orang lain dianggap positif	53%
7	Ekspresi emosi yang ditampilkan sesuai penafsiran guru terhadap saya.	53%
8	Motivasi belajar saya meningkat karena respon emosi yang terjalin dengan sesama peserta didik	53%

Keterlibatan saat berinteraksi berdasarkan ekspresi emosi ternyata hanya 57% peserta didik mengungkapkan keterlibatannya, hal ini tampak bahwa fungsi ekspresi emosi secara instrumental dalam interaksi belumlah memperlihatkan fungsi yang nyata. Ekspresi emosi yang tampak tidak secara otomatis menggambarkan keterlibatan dalam interaksi yang mendalam saat berkomunikasi. Hal ini didukung oleh data bahwa hanya 53% peserta didik dapat mengenali emosi dirinya sendiri, masih kurang mampu menyesuaikan kapan ekspresi emosi yang sesuai pada suatu situasi sosial tertentu. Pertengakaran antar peserta didik juga masih tergolong tinggi(90%) karena menimbulkan salah faham. Ekspresi emosi tampak belum

memenuhi fungsi instrumental dalam mengelola ekspresi emosi negatif, tampak pada jawaban yang memiliki prosentase tinggi bahwa peserta didik cenderung hanya mampu menampilkan ekspresi emosi secara terbuka pada ekspresi emosi yang cenderung positif saja (normatif). Hanya 53 % peserta didik saja yang menganggap guru dapat menafsirkan ekspresi emosi mereka secara tepat. Ekspresi emosi ini hanya 53% saja peserta didik yang menganggap dapat memotivasinya dalam belajar. Hal ini menjawab pengaruh negatif ekspresi emosi terhadap kesejahteraan emosi. Tampak bahwa ekspresi emosi belum memenuhi fungsi instrumental bagi peserta didik dalam kesejahteraan emosi, ekspresi emosi tampak normatif dan tidak menggambarkan keterlibatan dalam interaksi.

Pada rata-rata skor, Orientasi masa depan peserta didik cenderung rendah, begitupula dengan kesejahteraan emosi, dan ekspresi emosi. Kondisi ini menggambarkan masih perlu upaya peningkatan dan pelatihan dan bimbingan yang lebih intensif dalam peningkatan Orientasi masa depan remaja agar lebih jelas begitupula dalam upaya pengelolaan emosi.

Tipe Guru memperlihatkan pengaruh yang cukup baik bagi peserta didik. Tampak bahwa fungsi guru bagi kesejahteraan emosi peserta didik tampak cukup penting.

Pembahasan

Ekspresi emosi, orientasi masa depan, resiliensi dan tipe guru berpengaruh pada kesejahteraan emosi peserta didik. Orientasi Masa depan yang cenderung jelas berpengaruh secara negatif terhadap kesejahteraan emosi. Hal ini dimungkinkan karena kecenderungan rata-rata skor orientasi masa depan cenderung rendah, sehingga berpengaruh secara negatif terhadap kesejahteraan emosi. Hal ini menggambarkan kecenderungan peserta didik kurang begitu jelas dalam menentukan dan merencanakan masa depannya. Hal ini juga terjadi pada Ekspresi emosi, berdasarkan jawaban-jawaban peserta didik yang cenderung normatif, ekspresi emosi peserta didik cenderung tertutup dibanding terbuka (ekspresif).

Resiliensi memperlihatkan data yang tidak mendukung secara teoritis, skor resiliensi yang tinggi ternyata berpengaruh sebaliknya terhadap kesejahteraan emosi, ddalam arti peserta didik dengan resiliensi yang tinggi beerpengaruh menurunnya kesejahteraan emosi peserta didik. Hal ini dapat dimungkinkan dalam pendekatan teoritis kesejahteraan emosi yang cenderung hedonis. Teori yang dipergunakan lebih berpihak pada kajian yang bersifat hedonis dimana perasaan peserta didik yang semakin ppositif digolongkan memiliki kesejahteraan emosi yang tinggi.

Kondisi ini berbeda bila analisis skor lebih berdasarkan pendekatan ediamonik yang lebih mempertimbangkan makna hidup, dibanding perasaan positif. Ekspresi emosi yang cenderung tertutup

sangat rentan dengan penilaian berdasarkan budaya, dimana kecenderungan masyarakat dapat saja menilai bahwa perilaku emosi yang tidak ekspresif dikelompokkan memiliki resiliensi yang tinggi, sehingga tampak pada model yang berlawanan, kesejahteraan emosi menjadi menurun tatkala tingkat resiliensi peserta didik digolongkan tinggi. Maka sangat diperlukan penelitian dan analisis lebih lanjut berdasarkan pendekatan kualitatif untuk menggali makna, sehingga kesejahteraan emosi dapat lebih dianalisis secara mendalam untuk mengelompokkan kesejahteraan emosi secara ediamonik.

Orientasi masa depan memerlukan tingkat perkembangan berpikir tahap formal, dan tidak semua remaja telah mencapai tahapan berpikir kognitif formal (Arlin patricia, 1975, Cropper, Meck, & Ash, 1977) dalam *adolescent development*). Orientasi masa depan telah berkembang sejak proses belajar makan pada anak, iklim dalam pengasuhan mewarnai penanaman nilai-nilai dan keyakinan tentang masa depan. Pada tahap ini remaja dapat melakukan pemecahan masalah. Pada penelitian ini dapat terjadi secara potensi, remaja ada yang memang belum mencapai tahap berfikir formal sehingga skor orientasi masa depannya rendah. Hal ini dapat disebabkan berbagai hal, diantaranya interaksi yang kurang berkualitas dengan teman dan orang tua. Pengasuhan yang positif, mengedepankan makna dan pengalaman serta autoritative berperan penting dalam pengembangan orientasi masa depan (nurmi & Tormssdorf dalam Seginer, 2009). Dukungan orang

tua mengembangkan sikap positif terhadap masa depan dan keyakinan pencapaian tujuan, kontrol internal dan sikap optimis terhadap masa depan. Orang tua yang suportif dan mengembangkan optimisme membuat remaja memiliki orientasi masa depan yang luas dan terdeferensiasi dengan baik (seginer, 2009)

Penerimaan orang tua membuat remaja menghasilkan penilaian yang positif tentang masa depan remaja, dan memori pengasuhan yang positif mengembangkan sikap optimis. Interaksi yang dekat antara ibu dan anak cenderung menentukan terbentuknya orientasi masa depan. (nurmi, dalam seginner, 2009). Diskusi anak dan orang tua untuk usia 14-15 tahun hangat dan suportif, penerimaan, mengembangkan kemandirian, rasa aman, kompeten dan tanggung jawab merupakan pengasuhan positif yang menunjang perkembangan orientasi masa depan, dibanding orang tua yang cenderung ketat dan lebih menerapkan parental kontrol. Orang tua yang rasional dibanding normatif lebih baik dalam mengembangkan orientasi masa depan remaja. Terdapat kecenderungan pengaruh budaya pada beberapa penelitian terdahulu, sehingga dapat berkembang indikator-indikator baru dalam penelitian sesuai perbedaan nilai-nilai budaya. Perbedaan penilaian diri (self evaluation) pada berbagai budaya mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan remaja. Pada wanita arab dan yahudi misalnya kemampuan berpikir, karir, pernikahan dan keluarga, baik dan buruk, dipengaruhi penanaman nilai budaya.

Maka pengasuhan yang positif berpengaruh tidak langsung bila dibandingkan *self evaluation*. Pada penelitian ini, jawaban-jawaban responden tentang nilai-nilai kemandirian, kebahagiaan serta keluarga mewarnai jawaban responden tentang orientasi masa depan.

Perilaku kognitif dan sosial berpengaruh terhadap kesejahteraan emosi (Lent, 2009). Tujuan self efficacy rasa percaya diri dan kompeten mempengaruhi kesejahteraan emosi. Perkembangan pada tujuan, nilai-nilai sosial, menyediakan nilai-nilai penguasaan dan makna (eudiamonic), makna ini berperan dalam penyesuaian diri dan peningkatan keahlian. Secara normatif sosial berpengaruh juga terhadap kesejahteraan emosi terkait dengan, self efficacy, harapan akan hasil, dukungan lingkungan, partisipasi dalam aktifitas penilaian terhadap situasi, penyebab kepuasan dan perasaan positif. Pada penelitian ini guru yang santai, dan memperhatikan cenderung dimaknai menunjang kesejahteraan emosi peserta didik pada penelitian ini, dipengaruhi kondisi sekolah, fasilitas, iklim sekolah dan persepsi perilaku interpersonal guru.

Konsep kesejahteraan emosi berbeda-beda pada setiap budaya, privat dan tertutup, Lutz (1988). Sedangkan pada daerah Micronesia dapat lebih umum dan relasional. Budaya berbeda dalam memberikan nama dan perasaan yang spesifik, Wierzbicka (1986). Tov and E. Diener dapat universal, namun development and labelling unik.

Meskipun sedih emosi dasar ini dikenali sebagai antecedent.

Secara universal, kebahagiaan lebih pada tempramen dan relasi yang positif, kebutuhan akan penghormatan, sehingga pengaruh budaya dan bangsa tidak terlepas satu sama lain (Diener, 2009). Pola dan strukturnya berbeda meski makna suatu isu (misalnya sehat dan sakit) sama dari berbagai budaya.

Pada pelatihan ekspresi emosi pun terdapat pula peran budaya. Ekspresi emosi yang cenderung tertutup akan berbeda pemahamannya antara budaya barat timur. Ekspresi emosi peserta didik yang cenderung tertutup dapat saja menjadi ekspresi yang diterima pada budaya timur, seperti pada penelitian ini. Peserta didik cenderung menampilkan ekspresi tertutup (sering tidak mampu menyesuaikan dengan situasi kapan mengekspresikan perasaan, hanya dapat mengekspresikan yang positif, prosentase keterlibatan yang rendah (57%). Pada beberapa penelitian ethnography, facial expression recognition, and emotion taxonomies, kebahagiaan, marah, sedih, takut, universal (Ekman & Friesen, 1971; Ekman et al., 1987 dalam Diener, 2009). Pengalaman emosi meliputi proses menilai, situasi dan reaksi fisiologis, perilaku overt, menikmati bisa perasaan bahagia, terawa dan tersenyum. Sehingga perasaan bahagia dan kesedihan cenderung beragam.

Norma budaya berhubungan dengan emosi dan perasaan saat ini. Maka budaya membentuk hubungan antara emosi dan perasaan, terdapat emosi

bahagia dan tidak bahagia dimana emosi tidak bahagia cenderung menggambarkan perasaan lemah (L.S. Schimmack, Oishi, and Diener 2002).

Lebih lanjut pengembangan pelatihan dapat dilakukan dalam program luar sekolah berupa emotional literacy (Fulton, d, 2003). Tahap pelatihan dapat berupa pemahaman emosi, mengkomunikasikan emosi agar merasa saling terhubung, mengekspresikan emosi, dan menghubungkannya dengan stake holder di sekolah membentuk kesejahteraan emosi.

Kesimpulan Dan Saran

Hipotesis penelitian untuk memperoleh model pengembangan Kesejahteraan emosi diterima. Ekspresi emosi dan Resiliensi berpengaruh negatif terhadap kesejahteraan emosi. Hal ini memperlihatkan kemungkinan untuk upaya pengembangan pelatihan dan pembinaan lebih mendalam agar ekspresi emosi peserta didik lebih dapat berperan penting dalam membentuk kesejahteraan emosi. Pelatihan orientasi masa depan yang belum sepenuhnya berhasil bila melihat skor yang rendah sehingga kurang dapat secara substansial mempengaruhi kesejahteraan emosi. Tipe perilaku interpersonal guru berpengaruh untuk kesejahteraan emosi sehingga pemahaman dan penerapan yang lebih nyata dalam interaksi dan dalam proses belajar mengajar diperlukan. Untuk penelitian lebih lanjut sangat diperlukan upaya lebih komprehensif mempertimbangkan kesejahteraan emosi pendekatan makna (ediamonik) agar lebih baik dalam

mengembangkan pemahaman tentang kesejahteraan emosi dan ekspresi emosi. Penelitian Kualitatif tentang kesejahteraan emosi lebih lanjut diperlukan bagi aplikasi yang lebih mendalam dalam penerapan berbagai kebijakan di sekolah. Penambahan Subjek diperlukan agar generalisasi hipotesis dapat lebih diterapkan pada populasi yang lebih luas.

Pada penelitian selanjutnya sangat penting dipertibangkan perbedaan budaya dalam penelitian secara kualitatif. Faktor-faktor lain seperti self evaluation, interaksi dengan orang tua, perbedaan struktur dan pola pemaknaan ekspresi emosi dan kesejahteraan emosi penting untuk dipertimbangkan.

Upaya-upaya pengembangan aspek orientasi masa depan, ekspresi emosi, persepsi perilaku interpersonal ini dapat dikembangkan pada kegiatan pelatihan di luar sekolah dalam emotional literacy. Dalam program tersebut meliputi pemahaman emosi, mengalami mengkomunikasikan emosi agar merasa saling terhubung, mengekspresikan emosi dan menghubungkannya dengan stake holder di sekolah membentuk kesejahteraan emosi.

Daftar Pustaka

- Amstrong, M.I., & Boothroyd, R. (2007). Predictors of emotional well-being in at-risk adolescent girls: Developing preventive intervention strategies. *Journal of Behavioral Health Services & Research*, 35(4), 435-453.
- Azwar, S.(2007). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Ciarrochi, J., & Scott, G. (2006). The link between emotional competence and well-being.*British Journal of Guidance & Counseling*, 34(2), 231-243.
- Clement, N. (2010). The actualization of values in education. *Dalam Lovat dkk.(Eds.), International research handbook on values education and student wellbeing: Vol.1. The new values education* (pp.37-54). Australia.Springer Science+Business Media. doi: 10.1007/978-90-481-8675-4_3.
- Cloninger,C.R.(2004). *Feeling good the science of well-being*. New York: Oxford University Press.
- Diener, E. (2009a). *Assessing well-being*. The collected works of Ed Diener. *Social Indicators Research Series*,39,1-17.
- Diener, E. (2009b). Personality and subjective wellbeing. The science of well-being. *Social Indicator Research Series*, 37, 75-102. doi: 10.1007/978-90-481-2350-6-4.
- Diener,E.(2009c). Culture and well being. The collected works of Ed Diener. *Springer science+Business*. ISSN 1387-6570 ISBN 978-90-481-2351-3 e-ISBN 978-90-481-2352-0 DOI 10.1007/978-90-481-2352-0
- Moshman, D.(2005).*Adolcent psychologi development, rational, morality and identity*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associate Inc,
- Evertson,C., & Weinstein, C.S. (2006). *Handbook of class management riset, practice and contemporary is*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Flay,R.B., & Allred,C.G. (2010). The positive action program. *Dalam Lovat et al.(Eds), International research handbook on values education and student wellbeing: Vol.1.Improving academics, behavior, and character by teaching comprehensive skills for successful learning and living* (471-491). doi: 10.1007/978-90-481-8675-4-3.
- Fulton, D. (2003). *Emotional Literacy*. Granada : British Library Cataloguing in Publication Data A catalogue record for this book is available from the British Library. ISBN 1 84312 060 7
- Geraghty, A.W.A., Wood, A.M., & Hylan, M.E. (2010). *Dissociating the facets of hope agency and pathways predict dropout from unguided self-help therapy in opposite directions*. *Personality Journal*, 4, 155-158.
- Gilman,R., & Huebner, S.(2005). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 3(35), 311–319. doi: 10.1007/s10964-006-9036-7.
- Hargreaves, A., Moore, E.L., & Manning, S.(2001). Learning to change: Teaching beyond subjects and standards. San Francisco: Jossey-Bass and Barcelona.
- Heinonen, H., Aro, A.R., Aalto, A.M., & Uutela, A.(2004). Is the evaluation of the global quality of life determined by emotional status? *Journal Quality of Life Research*, 13 (8),1347-1356.
- Johnson, R.A., & Wichern, D.W.(2002). *Applied multivariate statistical analysis*. Fifth Edition.New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Kidger, J., Donovan, J., Biddle,L., Campbell, R., & Gunnell, D., (2009). Supporting adolescent emotional health in schools a mixed methods study of student and staff

- views in england. *Journal Public Health*, 9, 403-421. doi:10.1186/1471-2458-9-403.
- Koul, I., Rekha, B., & Fisher, E. (2004). A study of students perceptions of science classroom learning environment and teacher-student interaction In Jammu a cultural perspective. *Journal Learning Environments Research*, 8, 195–211. doi: 10.1007/s10984-005-7252-9.
- Kutner, M.H., Nachtsheim, C.J., & Neter, J.(2004). *Applied linear regression models*, 4th ed. New York: McGraw-Hill Irwin.
- Lent, W. (2007). Restoring emotional well-being a theoretical model. Dalam Handbook of cancer survivorship *Journal of Behavioral Health Services*, 3, 231-247.
- Lewis, M., & Haviland-Jones, J. M. Penyunt. (2000). *Handbook of emotion*. New York: The Guilford Press.
- Linley, P.A., & Joseph, S. (Ed.). (2004). *Positive psychology in practice*. New Jersey : John Wiley & Sons, Inc.
- Lovat, T. (2010).The new values education. *Dalam Lovat(Eds.), International research handbook on values education and student wellbeing, Vol.1. A Pedagogical imperative for student wellbeing.*(pp.1-16). doi: 10.1007/978-90-481-8675-4-3.
- Love, J. (2005).The emotional wellbeing of young people.*Interim research report of a choose life project in aberdeenshire*. Aberdeenshire : Robert Gordon University. Retrieved from website : <http://www.scottishhealthcouncil.gov.uk/>
- Maulana, R., Opdenakker, M.C., Brok, P.D., & Bosker, R.J. (2011).Teacher–student interpersonal relationships in Indonesia profiles and importance to student motivation. *Asia Pacific Journal of Education*, 1(31), 33–49.
- Monks, F. J., Knoers, A. M., & Haditono, S. R. (2002). *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*.Yogyakarta:Gadjah Mada University Press.
- Petegem, K.V., Aelterman, A.E., & Keer, H.V. (2007). The influence of student characteristics and interpersonal teacher behaviour in the classroom on student’s wellbeing. *Social Indicator Research*, 85(2), 279–291. doi: 10.1007/s11205-007-9093-7.
- Petegem,K,V., Creemers,B., Aelterman, A., &Rosseel, Y.(2008).The importance of pre-measurements of wellbeing and achievement for students’ current wellbeing. *South African Journal of Education*, 28, 451-468.
- Prawitasari, J. E., Paramastri, I., &Suhapti, R. (2007). *Dusun bercermin melalui panggung gembira: menghidupkan kembali kearifan local untuk mengelola konflik. Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Dially wellbeing: The role of autonomy, competence, and relatedness.*South African Journal of Education*, 26 (4), 419-435.
- Richmond, V.P., Wrench, J.S.,& Gorham, J. (2009). *Communication, affect, & learning in the classroom*. 3nd.ed. California: Burgess Publishing, Edina(ISBN: 0-80874-699-5).
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development: Perkembanganmasahidup* . Jilid 2.Edisi 5. Alih Bahasa : Chusairi, & Damanik. Jakarta: Erlangga.
- Seginer,R.(2009). *Future Orientation.The Springer Series on Human Exceptionality* , C Springer Science+Business Media, DOI:10.1007/978-0-387-88641-1 5
- Shek, D. T.(2006).Economic disadvantage, perceived family life quality,and emotional well-being in chinese adolescents: a longitudinal study. *Journal Social Indicator Research*, 85,169–189.doi : 10.1007/s11205-007-9087-5.

- Snyder, C.R., Feldman, D.B., Shorey, H.S., & Rand, K.L.(2002). Hopeful choices.a school counselor's guide to hope theory. *Journal of Professional School Counseling*, 5(5), 298-308.
- Snyder, C.R., & Lopez, S.J. (2002).*Hope theory (257-276). Hand book positive psychology*. New York : Oxford University Press.
- Snyder, C.R., & Lopez, S.J. (2007). *Hope theory, research, and applications (pp. 3–21): Positive psychological asesment*. Kansas: APA.
- Snyder, C.R., Shorey, H.S., Cheavens,J., Pulvers,K.M., Adam, V.H., & Wiklund, C. (2002). Hope and academic success in college .*Journal of Educational Psychology*, 4(94), 820–826.doi:10.1037//0022-0663.94.4.820.
- Sugiyono.(2010). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*.Jakarta :Alfabeta.
- Telli, S., Brok, E.P., &Cakiroglu, E.J.(2007). Students' perceptions of scienceteachers interpersonal behaviour in secondary schools: Development of a Turkish version of the questionnaire on teacher interaction. *Learning Environment Research*, 10, 115–129. doi: 10.1007/s10984-007-9023-2.
- Toomey, R. (2004). Values education, instructional scaffolding and student wellbeing. *Dalam Lovat etal. (Eds.), International research handbook on values education and student wellbeing: Vol.1.A pedagogical imperative for student wellbeing(19-340)*.doi: 10.1007/978-90-481-8675-4_3.
- Torres,I. (2007). *Identification of teacher interpersonal relation behaviors related to high school hispanic student success. (Unpublished doctoral dissertation)*.Georgia Southern University. Georgia.
- Wei, M., Brook, E.P., & Zhou,Y. (2009). Teacher interpersonal behaviour and student achievement in english as a foreign language classrooms in China. *Learning Environment Research*, 12, 157–174, doi : 10.1007/s10984-009-9059-6,12: 157–174.
- Wubbels, T., Brekelmans, M., Brok, P., & Tartwijk, J.V.(2005).An interpersonal perspective on classroom management in secondary classrooms in the Netherlands*Dalam Evertson. & Weinstein (Ed.), Classroom management research: research, practice, and contemporary issues(pp. 1161-1191)*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Wubbels, T., & Brekelmans, M.(2005).Two decades of research on teacher student relationships in class. *Journal of Educational Research*, 43, 6–24.