

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pendidikan memainkan peran sentral dalam mengembangkan potensi individu secara menyeluruh. Keberhasilan proses pendidikan tidak hanya diukur dari pencapaian akademik, tetapi juga dari kualitas kehidupan siswa selama proses belajar. Dalam konteks ini, pendidikan berperan tidak hanya untuk meningkatkan kemampuan intelektual, tetapi juga untuk membentuk kualitas psikologis, emosional, dan sosial peserta didik. Salah satu konsep penting yang mendukung hal ini adalah *Well-Being*, yaitu kondisi kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah yang mencakup aspek kesehatan mental, hubungan sosial yang positif, rasa aman, dan kepuasan terhadap pengalaman belajar.

Sekolah yang memperhatikan *Well-Being* siswa, sekolah dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan holistik dan mendorong pencapaian tujuan belajar yang optimal. Siswa yang merasa sejahtera juga lebih tangguh dalam menghadapi tantangan dan kegagalan serta menunjukkan perilaku yang lebih disiplin, empati, dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, penting bagi sekolah dan lingkungan sekitar untuk mendukung *Well-Being* siswa melalui bimbingan konseling, kegiatan ekstrakurikuler yang sehat, serta program kesehatan mental dan fisik yang berkelanjutan.

Pada era modern ini, pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik tetapi juga pada pembentukan karakter dan kemampuan adaptasi peserta didik. Salah satu aspek penting yang harus diperhatikan adalah kesejahteraan psikologis (*Well-Being*) siswa, yang menjadi faktor utama dalam mendukung motivasi dan prestasi akademik. Saat ini, banyak siswa yang masih memiliki *Well-Being* rendah, yang berdampak negatif pada kesejahteraan fisik, mental, dan akademik mereka. Tekanan akademik yang tinggi, tuntutan sosial, serta kurangnya dukungan emosional menjadi beberapa faktor penyebab rendahnya kesejahteraan siswa. Siswa dengan *Well-Being* rendah sering kali merasa stres, cemas, dan kurang termotivasi dalam belajar, yang akhirnya berdampak pada prestasi akademik mereka. Selain itu, rendahnya kesejahteraan juga dapat menyebabkan masalah dalam hubungan sosial, seperti kesulitan berinteraksi dengan teman dan guru, serta meningkatkan risiko perilaku negatif seperti menarik diri atau bahkan mengalami gangguan mental. Oleh karena itu, penting bagi sekolah, orang tua, dan lingkungan sekitar untuk lebih memperhatikan kesehatan mental dan emosional siswa dengan menyediakan dukungan yang memadai, seperti layanan konseling, lingkungan belajar yang positif, serta kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang dapat meningkatkan kesejahteraan mereka.

Kasus lain yang dikemukakan oleh Kaiyun Dou (2024) menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang mengalami rendahnya keterlibatan dalam aktivitas fisik, yang berdampak negatif pada kesehatan mental mereka. Banyak siswa hanya bergantung pada aktivitas fisik di sekolah tanpa inisiatif berolahraga di luar, sementara pilihan aktivitas juga terbatas. Durasi olahraga sering kali kurang dari

satu jam per hari akibat beban akademik yang tinggi. Rendahnya aktivitas fisik ini berkontribusi pada menurunnya kesejahteraan emosional, kemampuan mengatasi stres, dan citra tubuh siswa, terutama di tingkat kelas yang lebih tinggi. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari sekolah, orang tua, dan kebijakan pemerintah untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam aktivitas fisik.

Kota Palembang masih ada sekolah yang memiliki *Well-Being* rendah, terutama di sekolah-sekolah pinggiran yang mengalami keterbatasan fasilitas seperti ruang kelas yang sempit, minim laboratorium, serta kurangnya sarana olahraga dan ruang terbuka hijau. Kondisi ini membuat siswa merasa tidak nyaman, kehilangan motivasi, hingga memilih bolos sekolah. Jika kondisi ini terus berlanjut akibat kurangnya fasilitas sekolah, siswa dapat mengalami penurunan motivasi belajar, sering bolos sekolah, serta meningkatnya perilaku menyimpang seperti kenakalan remaja dan tawuran. Selain itu, kurangnya fasilitas yang memadai juga dapat berdampak pada kesehatan mental siswa, menyebabkan stres dan kecemasan. Untuk mencegah dampak negatif ini, peningkatan fasilitas dan kenyamanan sekolah sangat diperlukan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fara Hamdana dan Alhamdu (2015) yang menyatakan bahwa

Subjective *Well-Being* (SWB) siswa MAN 3 Palembang yang tinggal di asrama berada pada kategori sedang (moderate). Faktor positif yang meningkatkan SWB mencakup keberadaan teman yang menyenangkan (74%), kemandirian (15,4%), dan kedisiplinan (10,6%), sedangkan faktor negatif meliputi kurangnya fasilitas asrama (61,6%), kegiatan yang padat dan monoton (22,1%), serta pembina yang pemarah (16,3%). Oleh karena itu, sekolah harus memperbaiki fasilitas, menyesuaikan jadwal kegiatan, menerapkan pembinaan yang

lebih ramah, serta memberikan pelatihan soft skills untuk meningkatkan keterampilan sosial dan kepercayaan diri siswa.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sirril Wafa dan Yanies Novira Soedarmadi (2021) juga menunjukkan bahwa:

Partisipan memiliki pengalaman positif dan negatif yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mendukung pengalaman positif meliputi motivasi berprestasi tinggi, kemampuan menghadapi beban akademik, cita-cita yang jelas, serta kebanggaan sebagai santri penghafal Al-Qur'an, sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan orang tua, relasi positif dengan teman dan guru, serta kepuasan terhadap kebijakan sekolah dan pesantren. Sebaliknya, pengalaman negatif dipengaruhi oleh rendahnya motivasi, ketidakmampuan menghadapi akademik, serta kurangnya cita-cita, dengan faktor eksternal seperti minimnya dukungan orang tua, relasi yang kurang baik, dan ketidakpuasan terhadap kebijakan. Dampaknya, partisipan dengan pengalaman positif cenderung patuh pada aturan dan berprestasi akademik, sedangkan yang memiliki pengalaman negatif cenderung melanggar aturan dan memiliki prestasi rendah.

Kesimpulan dari peneliti di atas masih banyak siswa yang mengalami rendahnya *Well-Being* di sekolah. Dari fenomena yang telah digambarkan bahwa Fenomena rendahnya *Well-Being* juga terjadi di SMP Negeri 3 Palembang. Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 17 september 2024 yang dilakukan oleh Peneliti, ditemukan bahwa beberapa siswa mengalami rendahnya tingkat *Well-Being* sebagai berikut : Salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya tingkat *Well-Being* siswa adalah kondisi sarana dan prasarana sekolah yang kurang memadai. Ketersediaan fasilitas pendingin udara yang tidak mencukupi menimbulkan ketidaknyamanan fisik bagi siswa selama proses pembelajaran, sehingga mendorong sebagian siswa untuk meninggalkan ruang kelas, bahkan dalam beberapa kasus memilih untuk membolos. Selain itu, penjadwalan kegiatan pembelajaran yang terlalu padat tanpa mempertimbangkan kapasitas belajar siswa

turut menjadi penyebab kejenuhan dan penurunan motivasi belajar, sehingga partisipasi aktif siswa dalam kegiatan belajar mengajar menjadi sangat minim. Tidak hanya itu, ukuran kelas yang terlalu besar juga menjadi hambatan tersendiri, karena interaksi antara guru dan siswa menjadi kurang efektif. Hal ini menyebabkan penyampaian materi tidak dapat diterima secara optimal oleh seluruh siswa, khususnya mereka yang berada di bagian belakang kelas, sehingga berdampak negatif terhadap proses dan hasil belajar siswa secara keseluruhan.

Permasalahan ini dapat diatasi melalui layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya melalui pelaksanaan bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal merupakan layanan yang diberikan kepada kelompok siswa di dalam kelas dengan tujuan memberikan pengarahan, strategi, serta penguatan psikologis yang relevan dengan kondisi mereka. Materi seperti “Merasa Aman dan Nyaman di Sekolah: Mengapa Itu Penting untuk Kamu?” dapat digunakan untuk meningkatkan *Well-Being* siswa. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Arifin dan Susilo (2021), yang menunjukkan bahwa bimbingan klasikal efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa melalui penguatan kesejahteraan psikologis mereka.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini akan dilakukan dengan judul: **"Pengaruh Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan *Well-Being* Pada Siswa Kelas 8 di SMP Negeri 3 Palembang"**

1.2. Masalah Penelitian

1.2.1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan Latar Belakang diatas maka dapat dilihat indentifikasi masalahnya yaitu sebagai berikut :

1. Kondisi sarana dan prasarana yang kurang mendukung Ketersediaan fasilitas pendingin udara yang tidak memadai menimbulkan ketidaknyamanan fisik bagi siswa selama proses pembelajaran berlangsung, sehingga mendorong mereka untuk meninggalkan ruang kelas dan, dalam beberapa kasus, membolos.
2. Penjadwalan kegiatan pembelajaran yang terlalu padat Jadwal pelajaran yang tidak mempertimbangkan kapasitas belajar siswa secara optimal menyebabkan kejenuhan dan menurunnya motivasi belajar, yang berdampak pada kurangnya partisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran.
3. Ukuran kelas yang terlalu besar menghambat efektivitas interaksi antara guru dan siswa, di mana penyampaian materi tidak dapat diterima secara optimal oleh seluruh siswa, khususnya yang berada di bagian belakang kelas.

1.2.2. Pembatas Lingkup Masalah

Masalah tidak Menyimpang dari sasaran penelitian, maka penelitian membatasi masalah yang akan dibahas pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Lingkup penelitian ini dibatasi hanya pada siswa kelas 8 di SMP Negeri 3 Palembang, sehingga temuan tidak dapat digeneralisasi untuk jenjang atau sekolah lain. Fokus utama penelitian ini adalah pada empat aspek kesejahteraan siswa dalam konteks *School Well-Being*, khususnya pada aspek Having, yang mencakup kondisi lingkungan sekolah seperti fasilitas kelas, jadwal pelajaran, dan ukuran kelas. Aspek-aspek lainnya dari *School Well-Being* tidak dibahas secara mendalam dalam penelitian ini.

1.2.3. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat Well-Being siswa kelas VIII di Smp Negeri 3 Palembang sebelum diberikan Layanan Bimbingan Klasikal
2. Bagaimana tingkat Well-Being siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Palembang setelah diberikan layanan bimbingan klasikal?
3. Apakah terdapat perbedaan signifikan antara tingkat Well-Being siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan klasikal?

1.3. Tujuan Penelitian

1. Mengukur tingkat Well-Being siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Palembang sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan klasikal.
2. Tujuan ini berfokus pada evaluasi perubahan tingkat Well-Being siswa sebagai hasil dari intervensi bimbingan klasikal
3. Menganalisis efektivitas layanan bimbingan klasikal dalam meningkatkan Well-Being siswa kelas VIII
4. Menyediakan rekomendasi untuk pengembangan layanan bimbingan klasikal dalam rangka meningkatkan Well-Being siswa di lingkungan sekolah
5. Dengan hasil penelitian ini, diharapkan pihak sekolah dan guru Bimbingan Konseling dapat merancang program layanan yang lebih efektif untuk meningkatkan Well-Being siswa secara menyeluruh

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini berguna untuk meningkatkan kesejahteraan serta pencapaian belajar siswa melalui bimbingan secara klasikal. Untuk guru, konselor, dan sekolah, hasil tersebut menjadi pedoman dalam merancang layanan bimbingan yang lebih efisien. Penemuan ini juga mendukung terbentuknya suasana belajar yang baik dan efektif.