SOLUTION, Jurnal of Counseling and Personal Development
Website: https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Vol 6, No 1, Juni 2024, pp 39-43
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Tingkat Kebahagiaan Peserta Didik Dengan Sistem *Full Day School* Ditinjau Dari Jenis Kelamin Laki-Laki Dan Perempuan

[1]Gelia Puspa Nanda Widya, [2]Bernadinus Agus Arswimba
Bimbingan dan Konseling, Universitas Sanata Dharma Yoyakarta
Email: geliapuspananda@gmail.com

Abstrak *Penelitian ini mempunyai tujuan untuk: (1) Mengetahui bagaimana tingkat kebahagiaan siswi perempuan di SMA N 1 Karangdowo Klaten terkait belajar menggunakan sistem full day school, (2) Mengetahui bagaimana tingkat kebahagiaan siswa laki-laki di SMA N 1 Karangdowo Klaten terkait belajar menggunakan sistem full day school, (3) Mendeskripsikan perbedaan tingkat kebahagiaan peserta didik SMA N 1 Karangdowo Klaten. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dimana peneliti melakukan pengumpulan data lewat teknik observasi dan menggunakan metode kuisioner. Subjek penelitian ini adalah peserta didik SMA N 1 Karangdowo Klaten yang berjumlah 70 orang. Teknik analisis data yang digunakan adalah melalui proses validasi menggunakan JASP versi 14. Hasil penelitian menunjukan bahwa (1) Tingkat kebahagiaan Siswi perempuan mayoritas 18 siswa (48%) masuk dalam kategori tinggi. (2) Tingkat kebahagiaan siswa laki-laki mayoritas 12 siswa (57%) masuk dalam kategori sedang. (3) Terdapat perbedaan tingkat kebahagiaan antara laki-laki dan perempuan 2 siswa (2%) yang kebahagiaannya masuk dalam kategori sangat tinggi, 40 siswa (70%) masuk dalam kategori tinggi, dan 21 siswa (20%) masuk dalam kategori rendah.*

Kata Kunci: *Tingkat Kebahagiaan, Full Day School.*

Pendahuluan

Pendidikan adalah hak setiap hak warga negara Indonesia, pendidikan merupakan hal yang utama dan terutama untuk anak-anak bangsa. Pendidikan merupakan faktor pendukung dalam kelangsungan masa depan bangsa. Banyak sekali manfaat dalam pendidikan ini, contohnya dapat membawa individu untuk ke jenjang kehidupan yang lebih baik. Sistem *full day school* yang disahkan oleh kemendikbud pada Juli 2017. Sistem *full day school* ini merupakan sistem sekolah seharian penuh. Adanya sistem ini tentunya banyak jajaran pendidikan yang belum siap, akan tetapi perlu adanya adaptasi dengan hal baru ini.

Adanya pembelajaran sehari penuh hal tersebut dapat menyebabkan kebosanan pada peserta didik dan juga bisa mengalami gangguan mental seperti stress, dan penurunan prestasi akademik.

Beberapa penelitian membuktikan bahwa 60 dari 100 peserta didik mengalami kejenuhan saat mengikuti pembelajaran dan 39 siswa lainnya mengalami gangguan stress ringan 1 siswa mengalami stress berat. Proses pembelajaran akan tetapi hal ini berdampak pada kesehatan mereka serta berdampak kepada pembelajaran mereka yang tertinggal karena sakit akibat kelelahan dalam mengikuti sistem *full day school* hal ini tentunya menjadi perhatian bagi pemerintah yang harus juga memperhatikan dampak

SOLUTION, Jurnal of Counseling and Personal Development
Website: *https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index*
Vol 6, No 1, Juni 2024, pp 39-43
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

dari sistem tersebut.

SOLUTION, Jurnal of Counseling and Personal Development
Website: https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Vol 6, No 1, Juni 2024, pp 39-43
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Kelelahan yang dialami oleh peserta didik sangat berdampak pada nilai-nilai yang diperoleh sehingga berdampak tidak baik dalam proses pembelajaran.

Kebahagiaan seseorang bisa dilihat dari seseorang meluapkan emosi dan juga melakukan hal-hal positif yang dapat dirasakan seseorang dan didalamnya tidak ada hubungan komponen perasaan Seligman (2002). Disimpulkan bahwa kebahagiaan merupakan suatu pencapaian dan juga tingkat kepuasan seorang individu dan kebahagiaan bisa muncul dalam diri kita bahkan dalam lingkungan sekitar kita dan bagaimana cara kita untuk memaknai kebahagiaan tersebut.

Kebahagiaan merupakan hal yang paling utama dan terutama karena kebahagiaan ini juga mempengaruhi aspek-aspek kehidupan yang lainnya. Didalam kebahagiaan terdapat 4 aspek menurut Seligman (2005), yaitu aspek fisiologis, aspek psikologis, aspek sosial, dan aspek spiritual. kebahagiaan seorang individu juga dapat dipengaruhi oleh faktor yang lain contohnya; lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, teman dll.

Tujuan penelitian ini sendiri yaitu mengetahui bagaimana tingkat kebahagiaan siswi di di SMA N 1 Karangdowo Klaten terkait belajar menggunakan sistem *full day school.* Mengetahui bagaimana tingkat kebahagiaan siswa di di SMA N 1 Karangdowo Klaten terkait belajar menggunakan sistem *full day school.* Mengetahui perbedaan tingkat kebahagiaan peserta didik laki-laki dan perempuan yang belajar menggunakan sistem *full day school* di SMA N 1 Karangdowo Klaten. Dalam tujuan penelitian ini peneliti untuk mengetahui aspek apa saja yang mempengaruhi kebahagiaan peserta didik.

METODOLOGI

Penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif . Terpilihnya metode penelitian deskriptif komparatif. Penelitian kunitatif ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebahagiaan peserta didik dengan menggunakan tingakatan sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Kemudian dideskripsikan.

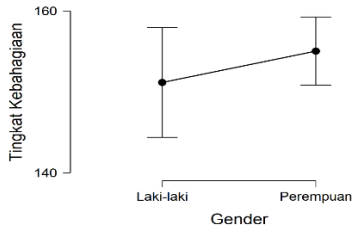
Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 70 peserta didik kelas XI SMA N 1 Karangdowo Klaten. Penelitian ini diharapkan memberikan hasil untuk mengetahui keadaan peserta didik menggunakan sistem *full day school.* Maka, Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuisioner. Tujuan menggunakan teknik kuisioner yaitu untuk mengetahui hasil data yang benar-benar valid. Kemudian responden mengisi kuisioner, peneliti melakukan uji validitas untuk mengetahui apakah pertanyaan yang dijawab oleh responden valid atau tidak. Uji validitas dan uji T(test) menggunakan JASP versi 14.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Uji T(test) karena mengetahui tingkat perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Data yang mempunyai presentasi lebih tinggi dinyatakan lebih bahagia kemudian dihubungkan dengan aspek aspek kebahagiaan.

SOLUTION, Jurnal of Counseling and Personal Development
Website: https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Vol 6, No 1, Juni 2024, pp 39-43
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pengolahan data menggunakan JASP Versi 14 terlihat bahwa perempuan lebih bahagia dibandinkan dengan laki-laki hal ini bisa dilihat dari grafik dan perbedaan tingkat kebahagiaan berikut ini.



Grafik tingkat kebahagiaan Peserta didik

Independent Samples T-Test

t	df	p	Cohen's d
-1.039	68	0.302	**-0.252**

Tabel Perbedaan tingkat kebahagiaan peserta didik

Kategorisasi	Interval	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	160 < X	2	3%
Tinggi	145 < X ≤ 160	40	60%
Sedang	119 < X ≤ 145	0	0%
Rendah	92 < X ≤ 119	21	29%
Sangat Rendah	X ≤ 92	7	8%
		70	100%

Kategorisasi Tingkat Kebahagiaan Peserta Didik Laki-laki dan Perempuan SMA N 1 Karangdowo Klaten

Berikut hasil analisis data dalam penelitian ini:

1. Hasil dari penelitian ini menjelaskan adanya kebahagiaan yang dialami oleh siswi perempuan SMA N 1 Karangdowo Klaten. mereka merasakan kebahagiaan jika kebutuhan eksternal terpenuhi yaitu ketika siswi mempunyai fasilitas belajar yang memadai dan juga kepemilikan materi (uang, pakaian dan peralatan belajar). Hasil penelitian terdapat 32% (13 siswi) sangat tinggi, 48% (18 siswi) tinggi dan 20% (10 siswa) tergolong sedang. Terdapat beberapa aspek dalam kebagiaan, kebahagiaan siswi lebih berkaitan dengan aspek Fisiologis yaitu aspek yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan dalam diri siswi.
2. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat kebahagiaan Siswa SMA N 1 Karangdowo Klaten. Kebahagiaan yang dialami oleh siswa sangat berkaitan dengan lingkungan sekolah hubungan dengan teman-teman sebaya. Terdapat hubungan yang positif yang berhubungan dengan kondisi atau keadaan tertetu dengan perasaan kebahagiaan siswa. Semakin sering siswa mengalami keadaan positif didalam sekolah maka semakin menyebabkan siswa mengalami perasaan yang bahagia, terdapat hubungan antara aspek dalam kebahagiaan (perlakuan guru baik didalam maupun luar kelas, dalam pembelajaran). Hasil penelitian menunjukan 12% (7 siswa) sangat tinggi, 26% (9 siswa) tinggi, 5% (1 siswa) sedang, 57% (12siswa)rendah.

SOLUTION, Jurnal of Counseling and Personal Development
Website: https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Vol 6, No 1, Juni 2024, pp 39-43
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

3. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat perbedaan kebahagiaan siswa SMA N 1 Karangdowo Klaten dalam sistem belajar *full day school*. Hal ini bisa dilihat dari hasil yang diperoleh dalam penelitian yang menunjukan perbedan dengan 0,252 dimana angkat tersebut kurang dari 0,05 maka didalamnya terdapat perbedaan. Artinya, bahwa siswa perempuan lebih bahagia dan bisa menjalani sistem *full day school*. Kebahagiaan merupakan suatu pencapaian dan juga tingkat kepuasan seorang individu dan kebahagiaan bisa muncul dalam diri kita bahkan dalam lingkungan sekitar kita dan bagaimana cara kita untuk memaknai kebahagiaan tersebut.sikap tersebut perlu dimiliki oleh individu sebagai peserta didik. Didalamnya terdapat faktor tersebut tidak semuanya berdampak dan berpengaruh terhadap seorang siswa. Akan tetapi dalam penelitian ini yang menonjol adalah faktor internal siswa, perlu diketahui bahwa faktor internal adalah faktor dalam diri seseorang yang mendorong seseorang tersebut melakukan hal yang ia senangi. Serta mampu membuat sebuah gejolak untuk peserta didik lebih semangat dalam pembelajaran. tingkat kebahagiaan siswa siswi yang menjelaskan bahwa 3% menyatakan sangat bahagia, 60% menyatakan bahagia, 29% menyatakan kurang bahagia dan 8% menyatakan tidak bahagia.

KESIMPULAN

Peneliti menemukan berbagai wawasan serta hasil dalam melaksanakan penelitian yang sudah dilakukan. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penelitian pada tingkat kebahagiaan peserta didik dengan sistem *full day school* maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kebahagiaan siswi perempuan mayoritas 18 siswi (48%) masuk dalam kategori tinggi. Kategori tinggi siswi perempuan lebih bahagia karena terdapat aspek fisiologis tentang pemenuhan kebutuhan dimana siswi perempuan lebih bahagia karena mendapat fasilitas dan peralatan sekolah yang memadahi.

2. Tingkat kebahagiaan siswa laki-laki mayoritas 12 siswa (57%) masuk dalam kategori sedang. Terdapat beberapa aspek yang mempengaruhi kebahagiaan siswa laki-laki dimana terdapat aspek sosial yang mempengaruhi kebahagiaannya, karena didalam aspek sosial dijelaskan bahwa mempunyai relasi yang baik dengan teman sebaya dan mempunyai lingkungan yang positif. Semakin mempunyai hubungan yang baik dengan teman sebaya semakin siswa laki-laki merasa bahagia didalam lingkungan sekolah.

3. Tingkat kebahagiaan peserta didik laki-laki dan perempuan dalam *full day school* terdapat perbedaan yang signifikan. Hal ini menunjukan bahwa peserta didik perempuan lebih bahagia dari pada peserta didik laki-laki dalam proses *full day school*.

SOLUTION, Jurnal of Counseling and Personal Development
Website: https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Vol 6, No 1, Juni 2024, pp 39-43
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

REFERENSI

Maharani, Deviana. (2015) "*Tingkat kebahagiaan (happiness) pada mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri yogyakarta*." Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling 4.6.

Kamilah, Alfiyah Nahdah, and Diana Rahmasari. (2022)"*Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Madya Relationship Between Emotion Regulation and Happiness of Middle Adolescent*.".

Anas, Muhammad, and Nur Fadhilah Umar (2021). "*Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Siswa*." *Proceeding of National Seminar Universitas Negeri Makasar*. Vol. 9. No. 0.

Devy, Y. K. (2020). *Pelaksanaan full day school di SMA Negeri 4 Singaraja meningkatkan kelelahan dan kebosanan serta kontribusinya terhadap prestasi belajar siswa kelas XI MIPA*. Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha, 7(1), 33-42.

Usman, J. (2017). *Konsep Kebahagian Martin Seligman.* Rausyan Fikr: Jurnal Ilmu Studi Ushuluddin dan Filsafat, 13(2), 359-374.

Soapatty, L., & Suwanda, T. (2014). *Pengaruh sistem sekolah sehari penuh (full day school) terhadap prestasi akademik siswa SMP Jati Agung Sidoarjo*. Kajian Moral dan Kewarganegaraan, *2*(2), 717-733.

Hendra, Robi (2023). *Hubungan Penerapan Full Day School dan Kemandirian Belajar dengan Prestasi Belajar Siswa di SMP N 4 Merangin* (Doctoral dissertation, Universitas Jambi).

Pratiwi, R. A., & Rahmi, A. (2023). *Dampak Full Day School Terhadap Konsetrasi Belajar Siswa Di Sma Negeri 4 Pariaman*. Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan dan Kebudayaan, 1(1), 105-112.

Mukhid, A. (2021). *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Jakad Media Publishing.