

**HUBUNGAN ANTARA *QUALITY OF SCHOOL LIFE* DENGAN  
*EMOTIONAL WELL BEING* PADA SISWA  
MADRASAH SEMARANG**

Soraya Prabanjana Damayanti, Dinie Ratri Desiningrum\*  
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
Sorayadamayanti88@gmail.com  
dn.psiundip@gmail.com

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *quality of school life* dengan *emotional well being* pada siswa Madrasah Semarang. *Quality of school life* adalah persepsi terhadap rasa sejahtera siswa sebagai bagian dari sekolah melalui penilaian terhadap pengalaman yang dirasakan siswa dengan dimensi-dimensi yang dimiliki sekolah. *Emotional well being* adalah persepsi terhadap keadaan emosional yang meliputi kepuasan hidup dan kebahagiaan yang dirasakan individu dalam kehidupannya.

Populasi yang terjangkau dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI MAN 1 Semarang. Sampel penelitian adalah siswa kelas XI MAN 1 Semarang sebanyak 97 siswa yang diambil dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua buah skala psikologi yaitu Skala *Quality of School Life* (25 aitem valid,  $\alpha = 0,839$ ) dan Skala *Emotional Well Being* (37 aitem valid,  $\alpha = 0,884$ ). Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,633$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti diterima, yaitu terdapat hubungan positif dan signifikan antara *quality of school life* dengan *emotional well being*. Semakin tinggi *quality of school life* maka semakin tinggi *emotional well being*, demikian pula sebaliknya, semakin rendah *quality of school life* maka semakin rendah *emotional well being*.

**Kata kunci:** *Quality of School Life*, *Emotional Well Being*, Remaja

\*Penulis Penanggungjawab

**RELATIONSHIP BETWEEN QUALITY OF LIFE WITH SCHOOL  
EMOTIONAL WELL BEING ON STUDENT  
MADRASAH SEMARANG**

Soraya Prabanjana Damayanti, Dinie Ratri Desiningrum\*  
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
soraya\_pd@yahoo.co.id  
dn.psiundip@gmail.com

**ABSTRAK**

This study aims to determine the relationship between the quality of school life with the emotional well-being at Madrasah students Semarang. Quality of school life is the perception of the students' sense of wellbeing as part of the school through an assessment of the perceived experiences of students with dimensions owned by the school. Emotional well-being is the perception of the emotional state that includes life satisfaction and perceived individual happiness in life. Population covered in this study were students of class XI MAN 1 Semarang. Samples were students of class XI MAN 1 Semarang were 97 students are taken using random sampling cluster sampling technique. Collecting data using two scales, namely psychology Quality of School Life Scale (25-item valid,  $\alpha = 0.839$ ) and Emotional Well Being Scale (37-item valid,  $\alpha = 0.884$ ). The results showed a correlation coefficient  $r_{xy} = 0.633$  with  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). These results indicate that the proposed research hypothesis is accepted, ie there is a positive and significant relationship between the quality of school life with emotional well being. The higher the quality of school life, the higher the emotional well being, and vice versa, the lower the quality of school life, the lower emotional well being.

**Kata kunci:** *Quality of School Life, Emotional Well Being, Adolosen*

\*Responsible Author

## PENDAHULUAN

Suatu kehidupan ada beberapa masa yang harus dilewati seorang individu, yaitu masa bayi, masa remaja, masa menjadi dewasa dan masa lanjut usia. Setiap masa perlu diperhatikan saat individu bertumbuh kembang khususnya pada masa remaja. Masa remaja yaitu proses peralihan masa perkembangan yang berlangsung sejak usia sekitar 10 atau 11 tahun, atau bahkan lebih awal sampai masa remaja akhir atau usia dua puluh awal, serta melibatkan perubahan besar dalam aspek fisik, kognitif, dan psikososial yang saling berkaitan (Papalia, Olds, Feldman, 2009).

Al-Migwar (2006) mengungkapkan bahwa masa remaja bisa dikatakan sebagai periode perubahan. Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Sejak masa remaja awal, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, maka perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat.

Menurut Al-Mighwar (2006) pola emosi yang dimiliki masa remaja masih sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan intensitasnya, khususnya pada latihan pengendalian individu terhadap pengungkapan emosi mereka. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara yang 'meledak-ledak', melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara, atau dengan suara keras mengkritik orang lain yang menyebabkannya marah.

Menurut Campos dalam Santrock (2007) emosi didefinisikan sebagai perasaan, afek yang terjadi ketika seorang berada dalam sebuah kondisi atau sebuah interaksi yang penting baginya, khususnya bagi kesejahteraan.

Individu yang memiliki *emotional well being* yang positif akan lebih memaknai hidup mereka dengan melakukan hal-hal yang berguna dan bermanfaat yang tidak hanya untuk dirinya sendiri melainkan orang di sekitarnya. *Emotional well being* menurut Seligman (2002) yaitu kepuasan hidup dengan suatu penilaian individu akan hidupnya dengan meliputi aspek afektif yaitu afek positif dan afek negatif.

Salah satu lingkungan yang ikut berpengaruh dalam pembentukan perilaku seorang remaja yaitu sekolah. Menurut Sarlito (2000) sekolah merupakan lingkungan pendidikan sekunder. Transisi memasuki sekolah menengah merupakan pengalaman normatif yang dialami oleh semua anak. Pengalaman ini dapat menimbulkan stres karena transisi terjadi secara berkelanjutan dengan banyaknya perubahan lain di dalam diri individu, di dalam keluarga, dan di sekolah (Santrock, 2003). Hal tersebut akan berkembang ketika itu dipengaruhi oleh kualitas kehidupan yang dimiliki sekolah.

*Quality of school life* didefinisikan Karatzies, Power, dan Swanson (2001) sebagai kepuasan siswa di dalam sekolah yang ditentukan oleh persepsi siswa terhadap dimensi-dimensi yang dimiliki sekolah dan pengalaman siswa di sekolah. lingkungan sekolah merupakan salah satu lingkungan sosial sebagai tempat berkembangnya kemampuan siswa

dalam berprestasi. Sekolah merupakan tempat bagi remaja untuk menimba ilmu dan pengetahuan, keterampilan dan pengalaman yang bermanfaat untuk bekal hidup di masa depan. Di dalam sekolah sebagian waktu para remaja dihabiskan, sehingga sekolah haruslah menjadi tempat yang nyaman dan kondusif untuk para siswa mengembangkan kemampuan yang dimiliki. Untuk itu penulis tertarik mengkaji lebih lanjut untuk menguji secara empirik apakah ada hubungan antara *quality of school life* dengan *emotional well being* pada siswa Madrasah Semarang.

## **METODE**

### **Definisi Operasional**

#### 1. *Emotional well Being*

Kesejahteraan emosional (*emotional well being*) adalah keadaan emosional yang meliputi kebahagiaan dan kepuasan hidup serta keseimbangan antara afek positif dan negatif, dan kebahagiaan yang dirasakan individu dalam kehidupannya. Data diperoleh melalui skala *emotional well being* yang disusun berdasarkan aspek-aspek kesejahteraan yaitu afek positif, afek negatif, dan keseimbangan afek, serta kepuasan hidup, kebahagiaan, dan domain kepuasan yang dikemukakan Seligman (2002).

#### 2. *Quality of School Life*

Kualitas kehidupan sekolah (*quality of school life*) adalah rasa sejahtera siswa sebagai bagian dari sekolah melalui penilaian terhadap pengalaman yang dirasakan siswa dengan dimensi-dimensi yang dimiliki sekolah. Data diperoleh melalui skala *quality of school life* yang disusun berdasarkan dimensi *teacher, opportunity, achievement, social integration*, dan *adventure* yang dikemukakan William & Batten (dalam Kwong, 2006).

### **Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah subjek berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Memiliki kisaran umur 15-18 tahun. Remaja tersebut merupakan siswa kelas XI di Madrasah Semarang yang mengikuti kegiatan belajar mengajar didalam lingkungan sekolah. Keseluruhan sampel berjumlah 9 kelas yang berjumlah 250 siswa dari 11 kelas anggota populasi yang berjumlah 319 siswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*.

#### **Pengumpulan Data**

Pengumpulan data yang akan digunakan menggunakan dua skala psikologi, yaitu Skala *Quality of School Life* (25 aitem valid,  $\alpha = 0,839$ ) dan Skala *Emotional well Being* (37 aitem valid,  $\alpha = 0,884$ ). Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana dengan menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Science (SPSS) for windows* versi 16.0.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *quality of school life* dengan *emotional well being* pada siswa Madrasah Semarang. Hasil uji hipotesis tersebut ditunjukkan dengan angka koefisien korelasi sebesar 0,637 dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Koefisien korelasi tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara *quality of school life* dengan *emotional well being*. Tingkat signifikansi sebesar  $p < 0,05$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *quality of school life* dengan *emotional well being*.

Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan positif antara *quality of school life* dengan *emotional well being* pada siswa Madrasah Semarang dapat diterima. Hasil yang diperoleh didukung oleh penelitian Nisfianoor (2004) bahwa remaja yang mampu memiliki *emotional well being* yang baik akan mudah diterima pada kelompok sebayanya karena akan memberikan dampak yang positif juga untuk kelompok tersebut. Utami (2009) menambahkan bahwa remaja yang memiliki *emotional well being* yang baik akan merasakan kepuasan dalam hidup mereka, dengan contoh mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang ada dalam sekolah akan membuat para remaja merasa berharga dan berarti dalam mengisi masa remajanya. Data tersebut membuktikan bahwa siswa yang berada dalam *quality of school* yang baik akan diikuti dengan *emotional well being*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada subjek yang berada pada kelompok sangat rendah, 5,15% subjek berada pada kelompok rendah, 15,46% berada pada kelompok sedang, 63,91% berada pada kelompok tinggi, dan 14,43% berada pada kelompok sangat tinggi. *Mean empirik emotional well being* yang diperoleh sebesar 98 berada pada rentang antara skor 101,75 hingga 120,25. Data tersebut menunjukkan bahwa pada saat penelitian dilakukan *emotional well being* sebagian besar subjek berada pada kelompok tinggi.

Kesejahteraan yang tinggi atau emosional yang bertenaga terjadi jika seseorang puas dan bahagia dengan kehidupan mereka, apabila mereka punya *emotional well being* yang tinggi. *Emotional well being* merupakan suatu spesifik kesejahteraan subjektif yang meliputi persepsi terhadap kepuasan hidup dengan mempresentasikan suatu penilaian individu akan hidupnya (Diener, Suh, Oishi, 1997 dalam Seligman, 2002).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada subjek yang berada pada kelompok sangat rendah dan kelompok rendah, 16,49% subjek berada pada kelompok sedang, 64,94% subjek berada pada kelompok tinggi, dan 18,55% subjek berada pada kelompok sangat tinggi. *Mean quality of school life* yang diperoleh sebesar 75,55 berada pada rentang antara skor 68,75 hingga 81,25. Data tersebut menunjukkan bahwa pada saat penelitian dilakukan persepsi tentang *quality of school life* pada sebagian besar subjek berada pada kelompok tinggi.

*Quality of School Life* yang baik akan membuat siswa memiliki perkembangan diri yang baik dengan merasakan kesejahteraan di dalam sekolah yang ditentukan oleh persepsi mereka dan berdasarkan pengalaman-pengalaman yang terjadi di dalam hidup mereka. Dimana siswa memiliki pemahaman yang

baik mengenai lingkungan yang ada di dalam sekolahnya, sehingga secara tidak langsung siswa telah membuat pemahaman yang baik terhadap sekolah tersebut. *Quality of school life* yang tinggi juga dapat membentuk siswa memiliki keterikatan dengan sekolah, perasaan yakin akan memperoleh kesuksesan di sekolah serta tingkat kenyamanan dan motivasi yang diperoleh dari sekolah (William & Batten, dalam Kwong, 2006). *Quality of school life* yang tinggi akan membuat siswa mampu memiliki pemahaman yang baik untuk memiliki rasa sejahtera yang ditentukan oleh persepsi siswa dengan merasa selalu bahagia, mampu berkarya dan bermanfaat bagi banyak orang.

Sumbangan efektif variabel *quality of school life* terhadap *emotional well being* adalah sebesar 40,6%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *emotional well being* sebesar 40,6% ditentukan oleh *quality of school life*, sedangkan sisanya sebesar 59,4% dijelaskan oleh faktor-faktor lain.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *quality of school life* dengan *emotional well being* pada siswa Madrasah Semarang. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan **diterima**.

Berdasarkan hasil penelitian, dikemukakan saran sebagai berikut:

### 1. Bagi subjek peneliti

Bagi subjek sebaiknya memiliki persepsi yang baik antara *quality of school life* dengan *emotional well being* pada nilai yang seimbang, sehingga yang harus di pertahankan oleh subjek yaitu membiasakan diri untuk menilai segala sesuatu yang terjadi dengan pandangan yang positif dengan tidak memendam permasalahan yang terjadi dalam hidup subjek, dan selalu menanamkan kebahagiaan dalam hidup yang menyenangkan untuk memperbanyak teman dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat.

### 2. Bagi sekolah

Bagi sekolah sebaiknya menjaga akan hubungan antara *quality of school life* dengan *emotional well being* yang telah dimiliki dengan baik, sehingga sekolah harus mampu mempertahankannya. Caranya dengan tetap memberikan kualitas yang terbaik pada siswa-siswinya dengan menjalin kedekatan pada para siswa, sehingga siswa mendapatkan banyak pengalaman yang menarik selama siswa tersebut berada di dalam lingkungan sekolah.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti yang berminat untuk melakukan penelitian tentang kesejahteraan emosional perlu mempertimbangkan faktor-faktor lain yang turut berpengaruh terhadap kesejahteraan emosional pada siswa seperti kondisi keluarga, kondisi masyarakat tempat tinggal, keadaan fisik, keadaan mental atau psikis, dan kematangan pribadi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar, M. 2006. *Psikologi remaja petunjuk bagi guru dan orangtua*. Bandung: Pustaka Setia
- Karatzias, A., Power, K.G. & Swanson, V. (2001). Quality of school life: A cross-cultural study of greek and scottish secondary school pupils. *European Journal of Education*, 36 (1), 91-105.
- Kwong, K. C. (2006). *Classroom learning experiences and students' perceptions of quality of school life*. Hong Kong: Chinese University of Hong Kong.
- Nisfiannoor, M., Kartika, Y. (2004). Hubungan antara regulasi emosi dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja. *Jurnal Psikologi*, Vol 2/No 2. Desember 2004.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Fieldman, R. D. (2009). *Human development* (Edisi sepuluh, Buku 2). Jakarta: Salemba humanika
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja* (Edisi keenam). Alih bahasa: Adelar, S. B., Saragih, S. Jakarta: Erlangga.
- \_\_\_\_\_. (2007). *Remaja jilid 1* (Edisi kesebelas). Alih bahasa: Benedictine Widyasinta. Jakarta: Erlangga
- Sarwono, S.W. (2000). *Psikologi Remaja* (Cetakan kelima). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Seligman, Martin E.P (2002). *Authentic Happiness*. New York: The Free Press
- Utami, M.S. (2009). Keterlibatan dalam kegiatan dan kesejahteraan subjektif mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, Vol 36/No . Desember 2009