

Hubungan *Self Determination* Dengan *School Well Being* Pada Siswa/I Di SMP Alam Bireuen

The Relationship Between Religiosity And Psychological Well-Being In Post-Suluk Congregations In Bireuen Distric

¹Cut Putri Masthura, Rini Julistia², Widi Astuti³

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: rini.julistia@unimal.ac.id

Abstract: *This study aims to see the relationship between self-determination and school well being in students at SMP Alam Bireuen. As for looking at the relationship second these variables, the researchers used quantitative research methods with correlational type. The number of samples in this study were thirty students at SMP Alam Bireuen. Taking the number of samples using nonprobability sampling that is total sampling. Hypothesis testing is done by using correlation Pearsons. The results of the research show that there is a self-determination relationship with school well being for students at SMP Alam Bireuen. The relationship between the two variables is positive. It can be understood that when students have good self determination marked by motivation or encouragement within to make a decision properly so being able to achieve his desires while studying at school will make these students feel comfortable and happy being able to improve their school well being better.*

Keywords: *Nature School, School Well Being, Self Determination*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan *self determination* dengan *school well being* pada siswa/i di SMP Alam Bireuen. Adapun untuk melihat hubungan kedua variabel tersebut, maka peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasional. Jumlah sampel dalam penelitian ini ialah sebanyak tiga puluh siswa/i SMP Alam Bireuen. Pengambilan jumlah sampel menggunakan *nonprobability sampling* yaitu *sampling total*. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan korelasi *Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan *self determination* dengan *school well being* pada siswa/i di SMP Alam Bireuen. Hubungan kedua variabel tersebut ialah positif. Hal ini dapat dipahami bahwa ketika siswa/i memiliki *self determination* yang baik ditandai dengan adanya motivasi atau dorongan dalam diri untuk mengambil suatu keputusan dengan tepat sehingga dapat mencapai keinginannya saat belajar di sekolah akan membuat siswa/i tersebut merasa nyaman dan bahagia yang mampu meningkatkan *school well beingnya* menjadi lebih baik.

Kata kunci: *School Well Being, Sekolah Alam, Self Determination*

Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu media yang dapat mencerdaskan dan mampu membawa bangsa pada era pencerahan, karena berperan dalam mewujudkan manusia seutuhnya untuk mengenal, mengerti, serta memahami realita kehidupan sehari-hari (Tarigan et al., 2022). Diantara jenjang pendidikan yang ditempuh siswa/i ialah Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang tergolong dalam masa remaja (Nurchayningsari & Maryati, 2018). Salah satu tugas perkembangan saat masa remaja adalah mempunyai minat pada sekolah (Nurchayningsari & Maryati, 2018). Oleh karena itu, dalam menerapkan minat sekolah tersebut maka salah satu referensi sekolah yang dapat dijadikan sebagai gagasan pendidikan di Indonesia bagi siswa/i adalah sekolah alam (Ningrum & Purnama, 2019).

Sekolah alam merupakan sekolah yang memanfaatkan alam sebagai salah satu sumber utama dalam belajar untuk menggabungkan teori dengan pengamatan serta pengalaman praktek secara langsung di lapangan, sehingga siswa/i bebas untuk berkreaitivitas dan lebih luas dalam memahami pengetahuan (Qibtiah et al., 2018). Tujuan dari sekolah alam adalah tidak hanya berorientasi pada prestasi akademik saja, namun juga dapat memberikan pendidikan karakter melalui penerapan kurikulumnya yang terdiri dari

empat pilar yaitu akhlak, ilmu pengetahuan, kepemimpinan dan kewirausahaan sehingga dapat menumbuhkan potensi-potensi serta bakat dari siswa/i (Maulana, 2016). Oleh karena itu, dalam mewujudkan hal tersebut, maka siswa/i perlu untuk memperoleh kesejahteraan di sekolah agar dapat menghindari dari lingkungan atau kondisi sekolah yang tidak menyenangkan, menegangkan, dan membosankan karena akan mengakibatkan stres, depresi, maupun masalah kesehatan mental lainnya (Khatimah, 2015). Ketika siswa/i merasa bahagia, aman dan sehat selama di sekolah, maka siswa/i tersebut dapat dikatakan sejahtera (Rasyid, 2021). Salah satu usaha dalam menyejahterakan siswa/i di sekolah dapat diketahui melalui konsep yang dinamakan *school well being* (Kuswoyo et al., 2021).

School Well Being adalah keadaan sekolah di mana siswa/i dapat memenuhi kebutuhan dasarnya melalui empat aspek, yaitu: *having, loving, being, dan health* (Konu & Rimpela, 2002). Kondisi sekolah (*having*), ialah keadaan dari lingkungan sekolah dapat memberikan rasa yang aman serta nyaman terhadap siswa/i ketika belajar. Hubungan sosial (*loving*), ialah merujuk pada iklim sekolah, dinamika kerja kelompok, hubungan guru Bersama siswa/i, hubungan bersama dengan teman sebaya, dan hubungan antara sekolah dengan rumah

(orang tua). Pemenuhan diri (*being*), ialah meliputi dorongan serta bimbingan, peningkatan terhadap *self esteem*, penggunaan terhadap kreativitas serta penghargaan terhadap siswa/i. Status kesehatan (*health*), ialah penyakit fisik dan mental seperti simptom psikosomatis, penyakit kronis, dan penyakit ringan.

Well being yang dikaitkan dengan konteks sekolah dinamakan sebagai *school well being* (Konu & Rimpela, 2002). *Well being* salah satunya juga dapat ditentukan oleh *self determination* (Rahman et al., 2020).

Self Determination merupakan menyelidiki terkait kecenderungan pertumbuhan yang melekat pada diri seseorang dan kebutuhan psikologis bawaan untuk motivasi diri dan integritas kepribadian orang tersebut, yang mencakup tiga hal, yaitu *autonomy*, *competence* dan *relatedness* (Deci & Ryan, 2000). Kemandirian (*autonomy*) adalah individu mampu mengambil keputusan untuk dirinya sendiri secara tepat tanpa dipengaruhi tekanan dari luar yang dicirikan dengan memiliki keyakinan yang kuat, kesenangan, optimisme, tekad, dan tingkat antusiasme yang tinggi. Kompetensi (*competence*) yaitu individu merasa memiliki penguasaan keterampilan untuk menghadapi tantangan, masalah, dan hambatan di lingkungannya secara efektif dengan kemampuan berpikir secara luwes serta profesional, memiliki

keunggulan kompetitif, cerdas, kreatif, bekerja keras, jujur, bertanggung jawab, konsisten, komitmen, ulet, dan pantang menyerah. Keterhubungan (*relatedness*) yaitu kapasitas untuk menunjukkan rasa dari perasaan diri agar terhubung dengan orang lain, seperti mampu bernegosiasi, berkomunikasi secara efektif dengan orang lain di lingkungannya, dan membuat keputusan adalah contoh dari keterhubungan.

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 19-21 Desember 2022 dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa/i SMP Alam Bireuen memiliki nilai persentase yang tinggi untuk setiap aspek dari *self determination* dan *school well being*. Hal tersebut diketahui sesuai dengan penelitian dari Rahman et al. (2020) yang menjelaskan bahwa determinasi diri mampu untuk memprediksi *school well being* yaitu semakin meningkat dan tingginya determinasi diri maka akan semakin tinggi kemungkinan untuk meningkatnya *school well being* dari siswa/i. Pada salah satu penelitian sebelumnya menunjukkan hasil *school well being* pada siswa/i sekolah alam lebih tinggi dibanding *school well being* pada siswa/i sekolah konvensional, dan pada penelitian tersebut disarankan bagi peneliti selanjutnya jika ingin meneliti terkait *school well being*, maka dapat memilih sekolah alam sebagai salah

satu tempat penelitian yang bagus (Prabawa & Kumalasari, 2020).

Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti ingin melihat terkait seberapa besar hubungan *self determination* dengan *school well being* pada siswa/i di SMP Alam Bireuen. Oleh karena itu, maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti tentang hubungan *self determination* dengan *school well being* pada siswa/i di SMP Alam Bireuen”.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu jenis dari penelitian melibatkan pengumpulan data dengan bantuan instrumen dan analisis data secara statistik dengan tujuan untuk menggambarkan dan membuktikan hipotesis yang telah ditetapkan. Dalam

penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional, yaitu untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2019).

Penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* untuk pemilihan sampel, artinya tidak semua anggota populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2019). Adapun jenis yang digunakan adalah *sampling total*, yaitu teknik pengambilan sampel yang menjadikan seluruh anggota populasi sebagai sampel, dan hal ini sebaiknya dilakukan apabila jumlah populasi penelitian relatif kecil atau populasinya berada di bawah 100 (Sugiyono, 2019). Jumlah populasi sekaligus dijadikan sampel dalam penelitian ini ialah 30 siswa/i SMP Alam Bireuen.

Hasil

Berikut hasil dari penelitian yang telah dilakukan :

Tabel 1.
Kategorisasi Self Determination

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
$X < 112,73$	Rendah	10	33,3%
$X > 122,73$	Tinggi	12	40%
	Fluktuasi skor mean	8	26,7%

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa mayoritasnya siswa/i SMP Alam Bireuen memiliki *Self Determination* yang tinggi yaitu sebanyak 12 orang (40%) dan 8 orang (26,7%). Hal ini berarti bahwa siswa/i tersebut mampu untuk bertindak dengan tepat dalam mengambil keputusan dari masalah-masalah yang dihadapi di sekolah, seperti dapat menyelesaikan tugas-tugas di sekolah dengan baik, giat dalam belajar, memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain secara efektif, dan lain-lain.

Tabel 2.
Kategorisasi *School Well Being*

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
X < 119,7	Rendah	10	33,3%
X > 129,7	Tinggi	11	36,7%
	Fluktuasi skor mean	9	30%

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa mayoritasnya siswa/i SMP Alam Bireuen memiliki tingkat *school well being* yang tinggi yaitu sebanyak 11 orang (36,7%) Hal ini berarti bahwa siswa/i merasa sejahtera ketika mereka berada di sekolah karena terpenuhinya kebutuhan berupa fasilitas yang memadai, kondisi sekolah yang baik, pembelajaran yang sesuai, terjalinnya hubungan sosial dengan teman sebaya dan guru, mendapat bimbingan dan dorongan ketika belajar, serta kondisi fisik dan mental yang terjaga sehingga membuat siswa/i merasa bahagia di sekolah.

Tabel 3.
Kategorisasi *Self Determination* Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Persentase	
	Rendah	Tinggi
Laki-laki	42,9%	50%
Perempuan	37,5%	43,8%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa siswa laki-laki memiliki persentase *self determination* yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa perempuan. Hal ini dapat diartikan bahwa siswa laki-laki memiliki motivasi atau dorongan yang lebih baik dalam bertindak untuk mengambil suatu keputusan ketika mengatasi tantangan atau masalah-masalah di sekolah secara mandiri dibandingkan dengan siswa perempuan.

Tabel 4.
Kategorisasi *School Well Being* Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Persentase	
	Rendah	Tinggi
Laki-laki	28,6%	35,7%
Perempuan	37,5%	43,8%

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat bahwa siswa perempuan memiliki persentase *school well being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa laki-laki. Hal ini dapat diartikan bahwa siswa laki-laki memiliki motivasi atau dorongan yang lebih baik dalam bertindak untuk mengambil suatu keputusan ketika mengatasi tantangan atau masalah-masalah di sekolah secara mandiri dibandingkan dengan siswa perempuan.

Tabel 5.
Kategorisasi *Self Determination* Berdasarkan Kelas

Kelas	Persentase	
	Rendah	Tinggi
VII	28,6%	42,9%
VIII	45,5%	45,5%
IX	20%	40%

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa siswa/i kelas IX memiliki persentase *self determinaton* yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa/i kelas VII dan VIII. Hal ini berarti bahwa siswa kelas IX memiliki pemikiran yang lebih matang untuk mengambil keputusan dan melakukan tindakan secara tepat sehingga mereka dapat menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi di sekolah dan mampu dalam mencapai tujuannya ketika belajar.

Tabel 6.
Kategorisasi *School Well Being* Berdasarkan Kelas

Kelas	Persentase	
	Rendah	Tinggi
VII	28,6%	35,7%
VIII	27,3%	36,4%
IX	20%	40%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa siswa/i kelas IX memiliki persentase *school well being* yang lebih tinggi dibandingkan siswa/i kelas VII dan VIII. Hal ini dapat diartikan bahwasanya siswa/i kelas IX memiliki kesejahteraan sekolah yang lebih baik dibandingkan siswa/i kelas lainnya karena dapat terpenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka di sekolah dan lebih mampu dalam beradaptasi dengan orang-orang sekitarnya, seperti memiliki hubungan baik dengan guru maupun teman-teman sebaya yang membuat mereka nyaman saat di sekolah.

Sampel penelitian ini hanya berjumlah 30 siswa/i tergolong kecil atau sedikit. Menurut Wahjusaputri & Purwanto (2022), uji *Shapiro Wilk* merupakan uji normalitas untuk studi atau penelitian dengan sampel kurang dari 50 atau sampelnya kecil. Adapun hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7.
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Test of Normality	
	Shapiro-Wilk	
	Statistic	Sig.
<i>Self Determination</i>	0,936	0,069
<i>School Well Being</i>	0,966	0,425

Berdasarkan uji normalitas diketahui bahwa nilai signifikansi untuk skala *self determination* adalah 0,069 ($p > 0,05$) dan skala *school well being* adalah 0,425 ($p > 0,05$). Oleh karena itu, populasi data *self determination* dan *school well being* terdistribusi normal karena mempunyai nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sehingga untuk uji hipotesis dapat menggunakan korelasi *Pearson*.

Tabel 8.
Hasil Uji Linierity

ANOVA Table				
Variabel	Linearitas	df	F	Sig.
<i>School Well Being*</i> <i>Self Determination</i>	<i>Linearity</i>	1	8,987	0,020

Berdasarkan nilai *linearity* yang diperoleh pada tabel tersebut, diketahui bahwa nilai signifikansinya ialah 0,020. Oleh karena itu, antara variabel *self determination* dan *school well being* terdapat hubungan yang linear karena nilai signifikansinya ialah kurang dari 0,05 ($p < 0,05$).

Uji hipotesis bertujuan untuk dapat mengetahui hubungan yang terjadi antara *self determination* sebagai variabel *independent* (X) dengan *school well being* sebagai variabel *dependent* (Y). Adapun hasil uji hipotesis antara *self determination* dengan *school well being* bisa diketahui melalui tabel berikut:

Tabel 9.
Hasil Uji Korelasi Variabel *Self Determination* dengan *School Well Being*

Correlation			
Variabel	N	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)
<i>Self Determination</i>	30	0,553	0,002
<i>School Well Being</i>			

Berdasarkan tabel tersebut, nilai signifikansinya adalah 0,002 ($< 0,05$), artinya variabel *self determination* dan *school well being* berkorelasi secara signifikan. Nilai koefisien korelasi *Pearson* sebesar 0,553, maka tingkat hubungannya kuat. Hubungannya positif yaitu semakin tinggi *self determination* yang dimiliki siswa/i, maka semakin tinggi juga *school well being* siswa/i di SMP Alam Bireuen, dan semakin rendah *self determination* yang mereka miliki, maka *school well being* mereka juga semakin rendah.

Tabel 10.
Hasil Korelasi Aspek Variabel *Self Determination* dengan *School Well Being*

Aspek <i>Self Determination</i>	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)
Kemandirian (<i>autonomy</i>)	0,540	0,002
Kompetensi (<i>competence</i>)	0,454	0,012
Keterhubungan (<i>relatedness</i>)	0,541	0,002

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa aspek keterhubungan (*relatedness*) memiliki korelasi paling tinggi dengan *school well being* dan nilai korelasi *Pearson* yaitu 0,541, artinya kemampuan dalam menjalin komunikasi yang baik ketika berinteraksi dengan orang-orang di sekitar sangat berpengaruh dalam meningkatkan kesejahteraan siswa/i di sekolah. Sedangkan, aspek kompetensi (*competence*) memiliki korelasi paling rendah dengan *school well being* dan nilai korelasi *Pearson* yaitu 0,454, yang berarti bahwa kemampuan atau kompetensi yang dimiliki oleh masing-masing siswa/i tidak terlalu berpengaruh untuk siswa/i merasa sejahtera saat di sekolah, misalnya: siswa/i yang pintar belum tentu mereka merasa sejahtera ataupun siswa/i yang kurang pintar juga belum tentu merasa tidak sejahtera ketika di sekolah.

Tabel 11.
Hasil Korelasi *Self Determination* dengan Aspek Variabel *School Well Being*

Aspek <i>School Well Being</i>	<i>Pearson Correlation</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>
Kondisi sekolah (<i>having</i>)	0,501	0,005
Hubungan sosial (<i>loving</i>)	0,522	0,003
Pemenuhan diri (<i>being</i>)	0,630	0,000
Kesehatan (<i>health</i>)	0,713	0,000

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa *self determination* memiliki korelasi paling tinggi dengan aspek kesehatan (*health*) dan nilai korelasi *Pearson* yaitu 0,713, artinya dorongan siswa/i dalam melakukan suatu tindakan atau mengambil keputusan untuk mengatasi masalah-masalah yang dihadapi sangat berpengaruh dari kondisi kesehatan fisik maupun mental siswa ketika di sekolah. Sedangkan, *self determination* memiliki korelasi paling rendah dengan aspek kondisi sekolah (*having*) dan nilai korelasi *Pearson* yaitu 0,501, artinya siswa/i dalam melakukan tindakan maupun mengambil keputusan terhadap hal-hal yang dihadapi tidak terlalu berpengaruh dengan keadaan atau situasi dari lingkungan sekolahnya.

Diskusi

Penelitian ini dilakukan pada 30 siswa/i yang sekolah di SMP Alam Bireuen. Adapun tujuannya adalah untuk dapat mengetahui ada atau tidaknya hubungan *self determination* dengan *school well being* pada siswa/i SMP Alam Bireuen.

Berdasarkan hasil dari pengujian hipotesis yang sudah dilakukan dalam penelitian ini maka diketahui bahwa Ha

diterima sedangkan untuk Ho ditolak. Kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang kuat dengan arah hubungannya ialah positif. Hal ini bermakna bahwa semakin tinggi *self determination* maka semakin tinggi *school well being*, dan semakin rendah *self determination* maka semakin rendah pula *school well being* siswa/i di SMP Alam Bireuen. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Rahman, Abdillah,

dan Hidayah (2020) bahwa *self determination* dapat memprediksi *school well being* karena kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif. Hal ini berarti bahwa *self determination* cenderung meningkatkan *school well being* menjadi lebih tinggi.

Adapun hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritasnya *self determination* siswa/i SMP Alam Bireuen berada pada kategori tinggi. Hal tersebut berarti bahwa siswa/i sangat baik dalam mencapai determinasi diri. Menurut Ryan, Kuhl, dan Deci (dalam Nilamsari, Sugara, Sulistiana, 2020) siswa pada masa remaja yang memiliki determinasi diri (*self determination*) pada tingkat tinggi akan mampu menuntaskan tugasnya secara baik dan mandiri, memiliki tingkat kreativitas yang tinggi dalam mengerjakan tugasnya, sehingga dapat menghasilkan prestasi yang memuaskan.

Self determination dapat memungkinkan seseorang untuk mencari dan menemukan pengetahuan tentang hal-hal baru yang akan diterapkan dalam tindakan maupun kegiatannya serta dilakukan sesuai yang dibutuhkan oleh dirinya sendiri (Utami, Kustati, & Zeky, 2020). Menurut Loman *et al.* (dalam Nilamsari, Sugara, & Sulistiana, 2020) bahwa *self determination* memiliki peranan penting dalam kehidupan sebagai faktor yang memungkinkan individu untuk dapat

berkomunikasi dan membuat keputusan pribadi, mampu mengemukakan pilihan, dapat mengendalikan hal-hal dalam diri agar mencapai hasil yang diinginkan dari tindakan yang dilakukan, serta mampu untuk mengadvokasi diri sendiri maupun orang lain dari berbagai aktifitas. Oleh karena itu, kemampuan *self determination* yang baik dibutuhkan oleh remaja dalam menghadapi masa awal di sekolah menengah pertama karena dapat membantu remaja untuk bertahan dalam menghadapi tantangan di lingkungan sekolah maupun masyarakatnya (Oktavianda, Husein, dan Nurbaity, 2019).

Self Determination dibutuhkan oleh siswa/i SMP Alam Bireuen untuk menghadapi masalah-masalah yang terjadi pada kehidupan yang dialami sehari-hari terutama ketika mereka berada di sekolah bertujuan meningkatkan *school well beingnya*. Terpenuhinya suatu kebutuhan dasar dari psikologis siswa/i, seperti kebutuhan otonomi, kompetensi dan keterhubungan dapat membuat siswa/i merasa puas sehingga mereka akan bahagia saat berada di lingkungan sekolahnya (Rahman, Abdillah, Hidayah, 2020).

Apabila dilihat berdasarkan korelasi peraspek diketahui bahwa hasil korelasi aspek *self determination* yaitu keterhubungan (*relatedness*) mempunyai korelasi paling tinggi dengan *school well*

being, artinya hubungan sosial dengan orang lain sangat berperan penting bagi siswa/i untuk mencapai kesejahteraannya di sekolah. Keterhubungan (*relatedness*) yaitu individu memiliki keterampilan sosial yang efektif dan dapat berkomunikasi dengan baik ketika terhubung dalam interaksi dengan orang-orang di lingkungannya (Deci & Ryan, 2000). Hubungan yang terjalin dengan baik antara siswa dan gurunya serta hubungan dengan teman sekolah dapat memberi peningkatan terhadap kapasitas seseorang di lingkungan sosialnya yang dapat meningkatkan kesejahteraan sekolah (Yuniawati & Tarnoto, 2019). Dari pemaparan hasil ini, maka dapat disimpulkan bahwa dengan adanya keterhubungan maka akan sangat berpengaruh terhadap *school well being*.

Self determination memiliki korelasi paling tinggi dengan aspek *school well being* yaitu aspek kesehatan (*health*), artinya kondisi kesehatan sangat berperan penting ketika siswa/i mengambil suatu keputusan sebagai bentuk dari *self determination* yang akan berpengaruh terhadap kesejahteraan siswa/i di sekolah. Kesehatan (*health*) ialah meliputi penyakit fisik dan mental seseorang (Konu & Rimpela, 2002). Siswa/i yang sejahtera adalah mereka yang merasa aman, nyaman, bahagia dan sehat ketika di sekolah (Rasyid, 2021). Lingkungan sekolah yang sehat berperan dalam peningkatan

kesehatan dan menjadikan pembelajaran lebih efektif, sehingga dapat memberikan kontribusi kepada siswa/i dalam perkembangannya menuju individu sehat, matang, dan memiliki keterampilan serta dapat bermanfaat untuk masyarakat di sekitarnya (Rahman, Abdillah, dan Hidayah, 2020). Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan *self determination* erat kaitannya dengan kesehatan siswa/i ketika berada di sekolah.

Dari hasil penelitian ini juga diketahui bahwa mayoritasnya siswa/i SMP Alam Bireuen sebanyak memiliki tingkat *school well being* yang tinggi. Hal tersebut artinya siswa/i sangat baik dalam mencapai kesejahteraannya di sekolah walaupun mereka mengikuti program *full day school* (sekolah sehari penuh). Siswa/i yang memiliki *school well being* tinggi ditandai dengan ciri-ciri yaitu: (1) kondisi sekolah (*having*) seperti tempat sekolah yang terasa nyaman, terbebas dari suara kebisingan, mempunyai fasilitas yang memadai, (2) hubungan sosial (*loving*) seperti memiliki hubungan yang baik kelompok belajar dengan teman sebaya, dan adanya hubungan yang baik antara guru dengan siswa, (3) pemenuhan diri (*being*) seperti adanya penghargaan terhadap siswa, siswa mendapatkan bimbingan dari guru untuk mengembangkan pengetahuan dan bakatnya, sertanya terdapatnya kegiatan

atau lomba-lomba, (4) kesehatan (*health*) seperti siswa merasa sehat secara fisik maupun mental saat di sekolah (Susanti & Nastiti, 2022).

Hasil penelitian ini ternyata memperoleh perbedaan serta berbanding terbalik dengan hasil dari temuan penelitian yang dilakukan oleh Nurcahyaning Sari & Maryati (2018) yaitu siswa/i dengan penerapan sistem *full day school* mempunyai tingkat *school well being* yang rendah. Hal ini dapat terjadi karena salah satunya disebabkan padatnya jadwal sekolah, sehingga hubungan sosial siswa/i tidak bisa berkembang dengan baik yang membuat siswa merasa tidak nyaman saat mereka sedang berada di sekolah.

Penelitian ini juga tidak luput dari berbagai keterbatasan. Adapun keterbatasan tersebut ialah: a) Jumlah sampel yang sedikit dan terbatas, b) Peneliti hanya berfokus pada satu sekolah karena jenis sekolah yang sama sulit didapatkan.

Kesimpulan

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang termasuk dalam jenis penelitian korelasional dengan tujuan melihat hubungan variabel *self determination* dengan *school well being* pada siswa/i di SMP Alam Bireuen. Responden yang diteliti pada penelitian ini berjumlah 30 siswa/i yang sekolah di SMP Alam Bireuen.

Berdasarkan hasil dari penelitian, diketahui bahwa siswa/i SMP Alam Bireuen memiliki tingkat *self determination* dan *school well being* yang tinggi. Selain itu, ada hubungan yang positif antara kedua variabel tersebut. Hal ini menunjukkan serta membuktikan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, yaitu semakin tingginya *self determination* yang diperoleh maka akan semakin tinggi juga *school well being* siswa/i di SMP Alam Bireuen, dan sebaliknya.

Saran

Adapun beberapa saran yang dapat diberikan setelah dilakukan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagi siswa/i. Siswa/i secara mandiri dapat mempertahankan motivasi dengan cara meningkatkan semangat dan optimisme dalam diri ketika berada di sekolah sehingga mampu mengatasi setiap masalah-masalah yang dihadapi serta dapat mengambil keputusan dengan baik dalam belajar sehingga memiliki *self determination* yang baik.

Siswa/i dapat mempertahankan untuk menjaga lingkungan sekolah agar selalu terlihat bersih dan sehat, dapat menyesuaikan diri dengan orang-orang yang berada di sekolah dan peduli terhadap hal-hal yang berkaitan dengan belajar, sehingga selalu merasa nyaman dan bahagia saat berada di sekolah yang akan meningkatkan

school well being siswa/i menjadi lebih baik.

Bagi pihak sekolah. Pihak sekolah dapat memberi dukungan kepada siswa/i untuk menjadikan siswa/i lebih aktif ketika di sekolah dengan mengadakan kegiatan-kegiatan atau pembelajaran menarik sehingga siswa/i mampu meningkatkan *self determination*.

Pihak sekolah dan siswa/i dapat bekerjasama dalam menjaga sekolah, seperti menerapkan kegiatan gotong royong rutin, menggunakan fasilitas dengan baik, memiliki sikap baik antar sesama, dan memberikan bimbingan yang baik sehingga siswa/i maupun guru memperoleh rasa bahagia dan nyaman ketika berada di sekolah.

Bagi peneliti selanjutnya. Peneliti selanjutnya dapat mengkaji atau melakukan penelitian terhadap variabel yang sama dengan menambahkan jumlah sampel dari beberapa sekolah sehingga hasil penelitian menjadi lebih berkembang dan bervariasi. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan perbandingan untuk variabel *self determination* maupun *school well being* pada siswa/i sekolah alam dengan sekolah konvensional. Peneliti selanjutnya juga dapat menerapkan metode kualitatif agar memperoleh dan menemukan data yang lebih mendalam terhadap variabel penelitian.

Referensi

- Abdillah, H. Z., Rahman, F., Husna, M., Sitinjak, C., Hidayah, N., & Mujidin, M. (2022). School well-being in terms of self-determination and patience in vocational high school students. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 3(1), 19–34. <https://doi.org/10.18196/ijiep.v3i1.14476>
- Alwi, M. A., & Fakhri, N. (2022). School well-being di Indonesia: Telaah literatur. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 1(3), 222-228. <https://ojs.unm.ac.id/jtm/article/view/222-228>
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Belajar.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Geon, S. A. B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dan determinasi diri siswa kelas X SMA Charitas. *Psiko-Edukasi*, 14(1), 11. <https://core.ac.uk/download/pdf/304333641.pdf>
- Hasbi, I., Sari, D. C., Isnaini, L., Ardiana, D. P. Y., Harahap, D. G. S., Sormin, S. A., Wirdasari, A., Soulisa, I., Falaq, Y., Lestari, A. S., Hasibuan, A. K. H., Putri, D. M., Listriani, D. A., Ningsih, S., Hidayat, D. N., The, H. Y., Tyaningsih, R. Y., Irwanto, & Herak, R. (2021). *Perkembangan peserta didik (tinjauan teori dan praktis)*. Widina Bhakti Persada Bandung. <https://books.google.co.id/books?id=V49-EAAAQBAJ>
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Istiwidayanti & Soedjarwo, Trans.; 5th ed). Erlangga. (Original work published 1980).
- Keyes, C. L. M. & Waterman, M. B. (2008). *Dimensions of well-being and mental health in adulthood*. Dalam Marc H. Bornstein, dkk. (Ed), *WellBeing: Positive development across the life course*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc. <https://www.psychologymania.com/2019/02/well-being-positive-development-across.html>
- Khatimah, H. (2015). Gambaran school well-being pada peserta didik program kelas akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta. *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 20. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v4i1.4485>
- Khoirunnisa, D. F., Hidayah, N., & Yuzarion. (2022). The influence of academic stress and adversity intelligence on school well-being. *Journal of Family Sciences*, 6(02), 111–123. <https://doi.org/10.29244/jfs.v6i02.38500>
- Konu, A., & Rimpela, M. (2002). Well-being in schools: A conceptual model. *Health Promotion International*, 17(1), 79–87. <https://doi.org/10.1093/heapro/17.1.79>
- Kuswoyo, K., Hidayah, N., & Diponegoro, A. M. (2021). Pengaruh komunikasi interpersonal guru, student engagement dan efikasi diri terhadap school well-being siswa SMPN 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul. *Jurnal Syntax Transformation*, 2(3), 342–353. <https://doi.org/10.46799/jst.v2i3.248>
- Maulana, H. (2016). Pelaksanaan pendidikan karakter di sekolah alam. *Jurnal Khasanah Ilmu*, 7(1), 21-31.

<https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/khasanah/article/download/474/367>

- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2018). *Psikologi perkembangan pengantar dalam berbagai bagiannya*. Gajah Mada University Press.
- Murcia, J. A. M., Gimeno, E. C., & Camacho, A. M. (2007). Measuring self-determination motivation in a physical fitness setting; validation of the behavioural regulation in exercise questionnaire-2 (BREQ-2) in a spanish sample juan. *The Journal of Sport Medicine and Physical Fitness*, 47(3), 366–378. <http://exercise-motivation.bangor.ac.uk/breq/spanish.php>
- Nggili, R. A. (2015). Belajar any where. Guepedia. <https://books.google.co.id/books?id=Rd2pCwAAQBAJ>
- Nilamsari, G. A., Sugara, G. S., & Sulistiana, D. (2020). Analisis determinasi diri remaja. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 4(1), 20-33. https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/view/873/488
- Ningrum, I. K., & Purnama, Y. I. (2019). Sekolah alam. Kun Fayakun. <http://repository.ikipgribojonegoro.ac.id/1393/1/BUKU%20SEKOLAH%20ALAM%20PDF.pdf>
- Nurchayaningsari, D., & Maryati, L. I. (2018). School well being pada siswa SMP. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 1(1), 152–160. <http://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/936>
- Oktavianda, M., Husein, M., & Nurbaity. (2019). Hubungan determinasi diri dengan sosial support di Dayah Modern Darul 'Ulum Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(4), 81-87. <https://jim.usk.ac.id/pbk/article/view/13535>
- Prabawa, F. R., & Kumalasari, D. (2020). School well-being SD konvensional dengan SD alam. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(2), 49–56. <https://doi.org/10.29080/jpp.v11i2.379>
- Priyatno, D. (2011). Buku saku analisis statistic data SPSS. MediaKom.
- Rahman, F., Abdillah, H. Z., & Hidayah, N. (2020). Determinasi diri sebagai prediktor school wellbeing pada siswa SMP. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 5(1), 94. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6336>
- Rahmawati. (2022). *Hubungan self determination dengan alienasi pada remaja*. Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh, Aceh Utara.
- Ramadhani, A. I. (2022). *Gambaran school well being pada siswa SMA yang mengikuti organisasi sekolah di Lhokseumawe*. Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh, Aceh Utara.
- Rasyid, A. (2021). Konsep dan urgensi penerapan school well-being pada dunia pendidikan. *Jurnal Basicedu*, 5(3), 1683–1688. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.705>
- Rifa'i, M. (2018). *Manajemen peserta didik (pengelolaan peserta didik untuk efektivitas pembelajaran)*. CV. Widya Puspita. <https://books.google.co.id/books?id=5z0rEAAAQBAJ>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Saifuddin, A. (2020). Penyusunan skala psikologi. Kencana. <https://books.google.co.id/books?id=H4P1DwAAQBAJ&pg=PA96&dq>
- Shoshani, A., & Slone, M. (2013). Middle school transition from the strengths perspective: Young adolescents' character strengths, subjective well-being, and school adjustment. *Journal of Happiness Studies*, 14, 1163–1181. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9374-y>
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif. Alfabeta.
- Susanti, D. A., & Nastiti, D. (2022). Hubungan antara school well being dengan penyesuaian di siswa kelas 10 di sekolah. *Academia Open*, (6), 1-11. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.1648>
- Sutianah, C. (2021). Perkembangan peserta didik. Qiara Media. <https://books.google.co.id/books?id=MpdeEAAAQBAJ&pg>
- Tarigan, M., Alvindi, A., Wiranda, A., Hamdany, S., & Pardamean, P. (2022). Filsafat pendidikan Ki Hajar Dewantara dan perkembangan pendidikan di Indonesia. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 3(1), 149–159. <https://doi.org/10.33487/mgr.v3i1.3922>
- Utami, N., Kustati, M., & Zeky, A. A. (2020). Hubungan antara determinasi diri dengan hasil belajar peserta didik kelas XI MAN 3 Kota Padang. *Jurnal Al-Taujih*, 6(1), 80–87. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/article/view/1756>
- Qibtiah, E. A., Retnowati, R., & Lalahad, G. H. (2018). Manajemen sekolah alam dalam pengembangan karakter pada jenjang sekolah dasar di School Of Universe. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 6(2), 626-635. <https://doi.org/10.33751/jmp.v6i2.789>
- Wahjusaputri, S., & Purwanto, A. (2022). Statistika pendidikan: Teori dan aplikasi. CV. Bintang Semesta Media. <https://books.google.co.id/books?id=jhKtEAAAQBAJ&pg=PA216&dq>
- Yuniawati, R., & Tarnoto, N. (2019). Pemaknaan school well-being pada siswa SMP: Indigenous research. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 2(2), 111–126. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jpib/article/view/4408>