

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Alasan Pemilihan Teori

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah *subjective well-being* yang merupakan salah satu bidang kajian dalam psikologi positif. Teori *subjective well-being* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori resiliensi dari Diener (2003) dalam bukunya *Personality, culture, and subjective well being: emotional and cognitive evaluation of life. Annuar reviews* yang telah di modifikasi oleh UNICEF dan ISWEAP sehingga muncul 8 domain kehidupan anak. Teori ini digunakan karena sesuai untuk diterapkan dalam setting pendidikan dan juga karena adanya kesesuaian dengan fenomena yang didapatkan, tujuannya untuk menjawab permasalahan penelitian mengenai gambaran *Children Well-being* Siswa-siswi Kelas 6 SD Sains Al Biruni Bandung.

2.2 Subjective Well-being

Pada penelitian ini, subjek yang akan diteliti adalah anak-anak, sehingga teori yang digunakan adalah teori *children well-being* yang mengacu pada teori *subjective well-being* dari Diener (2003).

2.2.1 Definisi Subjective Well-being

Subjective well-being merupakan evaluasi seseorang mengenai kehidupannya, yang meliputi penilaian kognitif dan afektif. *Subjective well-being* dibangun oleh dua komponen, yaitu penilaian kognitif dan penilaian afektif.

Penilaian kognitif adalah penilaian individu mengenai kepuasan hidup dan pemenuhan kebutuhan. Penilaian afektif adalah penilaian individu terhadap mood dan emosi yang sering dirasakan dalam hidup. (Diener, 2000)

Subjective well-being merupakan evaluasi subjektif seseorang mengenai kehidupan termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, *fulfilment*, kepuasan terhadap area seperti pernikahan dan pekerjaan, tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah (Diener, 2003).

Diener, Lucas, Oishi (2005) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya. Evaluasi ini meliputi penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan kebutuhan.

2.2.2 Komponen *Subjective Well-being*

Secara umum komponen-komponen dari *subjective well-being* terbagi ke dalam dua bagian, yaitu komponen kognitif dan komponen afektif (Diener, 2000). Afek positif dan afek negatif termasuk ke dalam komponen afektif, sedangkan penilaian kepuasan kehidupan secara umum termasuk ke dalam komponen kognitif. Ketiga komponen utama ini, yaitu afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup, memiliki korelasi sedang satu sama lain, dan secara konseptual berkaitan satu sama lain. Afek positif meliputi kegembiraan, keriangannya hati, kesenangan, kebahagiaan hati, kebanggaan, afeksi dan kebahagiaan. Afek negatif meliputi munculnya perasaan bersalah, malu, kesedihan, kecemasan dan kekhawatiran, kemarahan, stres, depresi dan rasa iri. Kepuasan hidup dikategorikan melalui kepuasan terhadap hidup saat ini, kepuasan dengan masa

lalu dan kepuasan dengan masa depan. Kepuasan ranah kehidupan muncul terhadap pekerjaan, keluarga, waktu, kesehatan, dirinya sendiri dan kelompoknya.

a. Kepuasan hidup

Kepuasan hidup yang sering kali disebut dengan istilah penilaian kehidupan secara global, merefleksikan penilaian individu bahwa kehidupannya ini berjalan dengan baik. Setiap individu dapat menelaah kondisi kehidupannya sendiri, menimbang pentingnya kondisi-kondisi tersebut, dan kemudian mengevaluasi kehidupannya ke dalam skala memuaskan dan tidak memuaskan. Evaluasi global semacam ini disebut sebagai penilaian kognitif atas kepuasan hidup. Pada saat membuat penilaian kepuasan hidup, seseorang juga menggunakan sumber-sumber informasi lain, diantaranya perbandingan dengan standar yang penting (Diener, scollon & lucas 2003).

Campbell menyatakan bahwa individu melihat pada domain yang penting dalam hidup dan membandingkan domain kehidupan ini dengan berbagai standar pembanding, misalnya situasi yang mereka alami dimasa lalu, keadaan di lingkungan sekitar mereka masa kini, ataupun harapan akan sesuatu dimasa depan. Individu yang memiliki kepuasan hidup yang rendah beresikountuk mengalami berbagai masalah psikologis dan sosial seperti depresi dan hubungan yang maladaptive dengan orang lain (Furr & Lewinshon, Redner & Seeley, dikutip oleh Park, 2004).

Menurut Diener (2000), individu-individu yang bahagia dan puas dengan kehidupannya merupakan individu yang mampu

menyelesaikan masalah dengan baik, menunjukkan prestasi kerja yang baik, memiliki hubungan sosial yang berarti, pemaaf dan murah hati, cenderung lebih tahan dalam menghadapi stres dan mempunyai kesehatan fisik dan mental yang lebih baik (Frisch, Veenhoven dikutip oleh Park, 2004).

b. Afek positif dan afek negatif

Menurut Diener (2003) definisi afeksi adalah evaluasi individu mengenai kejadian-kejadian yang dialami dalam hidupnya. Sedangkan afeksi positif dan negatif menggambarkan mood dan emosi terhadap pengalaman yang terjadi dalam kehidupan individu. Evaluasi terhadap afeksi ini terdiri dari gambaran emosi dan suasana hati. Afeksi positif merupakan kombinasi dari dorongan dan hal-hal yang menyenangkan (pleasantness), dan meliputi emosi-emosi seperti aktif dan senang. Disamping itu, afeksi positif ditandai dengan mengalami emosi dan suasana hati yang menyenangkan. Diener (2003).

Afeksi yang menyenangkan dapat dibagi menjadi emosi – emosi spesifik seperti kesenangan, kasih sayang dan rasa bangga. Afeksi negatif merupakan kombinasi dari dorongan dan hal-hal yang tidak menyenangkan, dan terdiri dari emosi-emosi seperti kecemasan, kemarahan dan ketakutan. Sedangkan menurut Diener (1997), afeksi yang tidak menyenangkan terdiri dari berbagai emosi-emosi tertentu, seperti rasa malu, rasa bersalah, kesedihan, kemarahan dan kecemasan. Dalam komponen ini, subjective well being digambarkan dengan tinggi atau rendahnya level afeksi positif dan afeksi negative yang dialami individu. Individu dengan subjective well being yang tinggi ditandai dengan tingginya level afeksi

positif dan rendahnya level afeksi negatif yang dirasakan. Sedangkan individu dengan subjective well being yang rendah ditandai dengan rendahnya level afeksi positif dan tingginya level afeksi negatif yang dialaminya.

2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well-being*

Faktor- faktor yang berpengaruh terhadap *subjective well-being* seseorang diantaranya adalah:

a. Harga diri positif

Campbel (dalam comptom 2000) menyatakan bahwa harga diri merupakan predictor yang menentukan kesejahteraan subjektif. Harga diri yang tinggi akan menyebabkan seseorang memiliki control diri yang baik terhadap rasa marah, mempunyai hubungan yang intim dan baik dengan orang lain, serta kapasitas produktif dalam pekerjaan. Hal ini akan menolong individu untuk mengembangkan kemampuan hubungan interpersonal yang baik dan menciptakan kepribadian yang sehat.

b. Kontrol diri

Kontrol diri diartikan sebagai keyakinan individu bahwa akan mampu berperilaku dalam cara yang tepat ketika menghadapi suatu peristiwa. Kontrol diri ini akan mengaktifkan proses emosi, motivasi, perilaku dan aktivitas fisik. Dengan kata lain, kontrol diri akan melibatkan proses pengambilan keputusan, mampu mengerti, memahami serta mengatasi konsekuensi dari keputusan yang telah diambil serta mencari pemaknaan atas peristiwa tersebut.

c. Sifat terbuka

Individu dengan kepribadian ekstrasvert akan tertarik pada hal-hal yang terjadi di luar dirinya, seperti lingkungan fisik dan sosialnya. Penelitian Diener dkk (1999) mendapatkan bahwa kepribadian ekstrasvert secara signifikan akan memprediksi terjadinya kesejahteraan individual. Orang-orang dengan kepribadian ekstrasvert biasanya memiliki teman dan relasi sosial yang lebih banyak, mereka pun memiliki sensitivitas yang lebih besar mengenai penghargaan positif pada orang lain. (Compton, 2005).

d. Optimis

Secara umum, orang yang optimis mengenai masa depan merasa lebih bahagia dan puas dengan kehidupannya. Individu yang mengevaluasi dirinya dalam cara yang positif, akan memiliki kontrol yang baik terhadap hidupnya, sehingga memiliki impian dan harapan yang positif tentang masa depan.

e. Relasi sosial yang positif

Relasi sosial yang positif akan tercipta bila adanya dukungan sosial dan keintiman emosional. Hubungan yang didalamnya dukungan dan keintiman akan membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, kemampuan pemecahan masalah yang adaptif, dan membuat individu menjadi sehat secara fisik.

f. Pemahaman tentang arti dan tujuan hidup

Arti dan tujuan hidup sering dikaitkan dengan konsep religiusitas. Penelitian melaporkan bahwa individu yang memiliki

kepercayaan religi yang besar, memiliki kesejahteraan psikologis yang besar.

Ada pula beragam faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* pada anak-anak, yaitu:

1. *Context condition and use of the time*

a. Kultural

Kultur minoritas di suatu negara memiliki kebahagiaan lebih kecil (Argyle, 1999).

b. Sosioekonomi

Banyak penelitian yang menyebutkan bahwa pendapatan berhubungan dengan kebahagiaan (Diener et al, 1999). Secara umum, orang yang secara sosial ekonomi lebih kaya akan merasa lebih bahagia dibandingkan dengan mereka yang lebih miskin (Eddington & Shuman, 2005).

c. Pendidikan orangtua

Penelitian menunjukkan bahwa korelasi antara kompetensi intelegensi dan kebahagiaan sangat kecil tetapi menunjukkan hubungan yang positif (Argyle, 1999).

d. Pekerjaan orangtua

Anak dengan orangtua bekerja akan lebih bahagia dibandingkan dengan yang tidak bekerja. Orangtua yang tidak bekerja mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi dan kepuasan hidup yang rendah (Argyle (1999) dalam Eddington & Shuman, 2005).

2. *Population characteristic*

a. Usia

Pada penelitian dan survey menunjukkan pengaruh usia terhadap kebahagiaan adalah kecil (Argyle, 1999).

b. Tempat kelahiran

c. Jenis kelamin

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perbedaan jenis kelamin merupakan faktor yang sangat kecil dalam menentukan kebahagiaan dan kepuasan hidup seseorang (Inglehart & Michalos dalam Eddington & Shuman, 2005).

3. *Perseption and concern*

Ekspresi anak akan benda yang dimiliki atau dalam memandang kehidupan secara umum.

2.2.4 *Prediktor Subjective well-being*

Subjective well-being dapat diprediksikan dengan melihat beberapa variabel yang berkaitan dengan kepuasan dalam hidup dan kebahagiaan. Variabel-variabel tersebut adalah *self esteem* yang positif, memiliki kontrol pribadi (*personal control*), derajat ekstroversi, optimisme, hubungan sosial yang positif, serta makna dan tujuan dalam hidup (Diener *et al*, dikutip oleh Compton, 2005).

2.2.5 Domain utama *children well-being* (Diener)

Subjective well-being pada anak (*children well-being*) mengacu pada delapan domain utama atau yang disebut dengan *life domains*. Domain tersebut diambil dari hasil penelitian Casas (dalam UNICEF, 2012) yang menunjukkan bahwa terdapat delapan domain yang dianggap paling penting terkait dengan kesejahteraan anak, yaitu :

- *Home satisfaction* ; pemaknaan anak terhadap kondisi rumah, orang-orang yang tinggal bersama di rumah, dan orang lain dalam keluarga.
- *Satisfaction with material things* : pemaknaan anak terhadap benda-benda yang dimiliki, uang saku yang didapatkan, kamar pribadi di rumah.
- *Satisfaction with the area living in* ; pemaknaan anak terhadap lingkungan rumahnya, keamanan di lingkungan sekitar rumah.
- *Satisfaction with health* : pemaknaan anak terhadap kondisi kesehatan dan bagaimana anak ditangani ketika berkunjung ke dokter.
- *Satisfaction with interpersonal relationship*; pemaknaan anak terhadap hubungannya dengan teman, orang-orang di lingkungan sekitar rumah, hubungannya dengan orang lain secara keseluruhan.
- *Satisfaction with time organization* ; pemaknaan anak terhadap bagaimana mereka menggunakan waktu dan apa yang dilakukan di waktu luang.

- *School satisfaction* ; pemaknaan anak terhadap sekolah, teman-teman di sekolah, nilai-nilai pelajaran sekolah.

Personal satisfaction ; pemaknaan anak terhadap dirinya sendiri, kebebasan yang dimiliki, penampilan, kepercayaan diri, bagaimana mereka didengarkan dan kesempatan untuk memilih.

2.3 Full Day School

2.3.1 Pengertian Full Day School

Adapun istilah *full day school* merupakan saduran dari Bahasa Inggris di mana *Full* artinya penuh, *day* artinya hari dan *school* artinya sekolah. Jadi secara terminology *full day school* artinya belajar sehari penuh.

Full day school sendiri merupakan satu istilah dari proses pembelajaran yang dilaksanakan secara penuh, dimana aktifitas anak lebih banyak dilakukan di sekolah dari pada di rumah. Meskipun begitu, proses pembelajaran yang lebih lama di sekolah tidak hanya berlangsung di dalam kelas, karena konsep awal dibentuknya program *full day school* ini bukan menambah materi ajar dan jam pelajaran yang sudah ditetapkan oleh Depdiknas seperti yang ada dalam kurikulum tersebut, melainkan tambahan jam sekolah digunakan untuk pengayaan materi ajar yang disampaikan dengan metode pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan untuk menambah wawasan dan memperdalam ilmu pengetahuan, menyelesaikan tugas dengan bimbingan guru, pembinaan mental, jiwa dan moral anak. Dengan kata lain konsep dasar dari *full day school* ini adalah *integrated curriculum* dan *integrated activity*.

Menurut Departer dkk (dalam Departer, 2003) dalam *full day school*, pelajaran yang dianggap sulit diletakkan di awal masuk sekolah dan pelajaran yang cukup mudah diletakkan pada sore hari. Karena pada saat sore hari, siswa lebih segar dan bersemangat, dengan demikian pelajaran yang dianggap sulit oleh siswa akan mudah dicerna karena menerimanya dalam keadaan otak masih segar, namun jika dalam sore hari, siswa akan merasa lemas dan tidak bersemangat karena sudah beraktivitas seharian, hal itu akan berpengaruh pada kondisi fisik dan psikis siswa, karena itulah seharusnya dalam penerapan *full day school* di terapkan dengan istirahat dua jam sekali.

2.3.2 Tujuan Program *Full Day School*

Tujuan pendidikan merupakan hasil akhir yang diharapkan oleh suatu tindakan mendidik. Mendidik merupakan tindakan sengaja untuk mencapai tujuan pendidikan. Sedangkan tujuan didalam pendidikan merupakan suatu hal yang sangat *urgent* sebab pendidikan tanpa sebuah tujuan bukanlah dikatakan sebagai pendidikan.

Menurut Arikunto (dalam Arikunto, 1993) di dalam suatu organisasi pendidikan, tujuan pendidikan telah terumuskan dalam berbagai tingkat tujuan, yaitu:

1. Tujuan pendidikan nasional
2. Tujuan institusional
3. Tujuan kurikulum.
4. Tujuan Instruksional (pengajaran)

Semua tujuan tersebut diatas merupakan urutan yang hirarki yang saling mendukung antara tujuan yang satu dengan yang lainnya, serta tujuan nasional sebagai ending, sehingga semua rumusan tujuan pendidikan dari tingkat perguruan tinggi harus berpijak dan berdasar kepada tujuan pendidikan nasional.

Jadi yang dimaksud dengan tujuan program *full day school* disini adalah hasil akhir yang diharapkan oleh lembaga pendidikan tertentu atas usaha intensifikasi *factor* pendidikan dalam proses belajar mengajar di sekolah.

Sekolah Sains Al Biruni menerapkan dasar dengan berbasis Islam, sehingga pihak sekolah menyebutnya *Islamic Bilingual School*. Sistem *full day school* pada dasarnya menggunakan *system integrated curriculum* dan *integrated activity* yang merupakan bentuk pembelajaran yang diharapkan dapat membentuk seorang anak (siswa) yang berintelektual tinggi yang dapat memadukan aspek ketrampilan dan pengetahuan dengan sikap yang baik dan islami. Dengan adanya garis-garis besar program dalam sistem *full day school*, sekolah yang melaksanakan program ini diharapkan dapat mencapai target tujuan yang ingin dicapai oleh lembaga pendidikan yang melaksanakan sistem *full day school*. (Sehudin, 2005)

Adapun garis-garis besar program *full day school* adalah sebagai berikut:

1. Membentuk sikap yang Islami
 - a. Pembentukan sikap yang Islam
 - 1.) Pengetahuan dasar tentang Iman, Islam dan Ihsan.
 - 2.) Pengetahuan dasar tentang akhlak terpuji dan tercela.
 - 3.) Kecintaan kepada Alloh dan Rosulnya
 - 4.) Kebanggaan kepada Islam dan semangat memperjuangkan

b. Pembiasaan berbudaya Islam

- 1.) Gemar beribadah
- 2.) Gemar belajar
- 3.) Disiplin
- 4.) Kreatif
- 5.) Mandiri
- 6.) Hidup bersih dan sehat
- 7.) Adab-adab Islam.

2. Penguasaan Pengetahuan dan Ketrampilan

- a. Pengetahuan materi-materi pokok program pendidikan
- b. Mengetahui dan terampil dalam beribadah sehari-hari.
- c. Mengetahui dan terampil baca dan tulis Al qur'an.
- d. Memahami secara sederhana isi kandungan amaliyah sehari-hari.

2.3.3 Karakteristik *Full Day School*

Sesuai dengan semangat otonomi pendidikan diberikan kewenangan untuk mengatur dirinya sendiri sesuai dengan semangat yang ada di daerah. Dengan kebijakan semacam ini masyarakat diberikan kesempatan yang luas untuk mengembangkan intensitasnya dalam pengelolaan lembaga pendidikan di daerah sesuai dengan latar budayanya. Pemerintah pusat cukup memberikan kurikulum standar nasional, sedangkan pengembangannya diserahkan kepada daerah, terutama dalam menentukan muatan lokal.

Otonomi pendidikan disambut baik oleh lembaga pendidikan swasta dengan membenahi keadaan yang telah ada dengan tujuan untuk meningkatkan

kualitas pendidikan, disamping itu juga adanya kebutuhan masyarakat yang disebutkan dengan tugas pekerjaan keseharian dan menginginkan pendidikan yang berkualitas, keadaan semacam ini direspon dengan menyelenggarakan model pembelajaran *full day school*, dalam arti kegiatan belajar mengajar diperpanjang sampai sore hari. Maka sebagai konsekuensi perlu adanya pengelolaan yang baik, khususnya dalam pembelajaran yang berhubungan dengan waktu belajar yang efektif, pengajaran terstruktur dan kesempatan untuk belajar. (Sehudin, 2005)

Karakteristik yang paling mendasar dalam model pembelajaran Full day school yaitu proses Integrated curriculum dan integrated activity yang merupakan bentuk pembelajaran yang diharapkan dapat membentuk anak (siswa) yang berintelektual tinggi yang dapat memadukan aspek keterampilan dan pengetahuan dengan sikap yang baik dan Islami.

Sekolah yang menerapkan pembelajaran full day school, dalam melaksanakan pembelajarannya bervariasi, baik ditinjau dari segi waktu yang dijadwalkan maupun kurikulum lembaga atau lokal yang digunakan, pada prinsipnya tetap mengacu pada penanaman nilai-nilai agama dan akhlak yang mulia sebagai bekal kehidupan mendatang disamping tetap pada tujuan lembaga berupa pendidikan yang berkualitas. (Moch, 2004)

2.4 Masa Kanak-Kanak Akhir

2.4.1 Pengertian

Menurut Hurlock (1980), masa kanak-kanak akhir berlangsung dari usia enam tahun sampai tiba saatnya individu menjadi matang secara seksual, atau dari

6 – 12 tahun. Masa kanak-kanak akhir ditandai dengan kondisi yang sangat mempengaruhi penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial anak.

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa definisi dari masa kanak-kanak akhir adalah kanak-kanak yang berada pada rentang usia enam sampai dua belas tahun.

2.4.2 Ciri-ciri masa kanak-kanak akhir

Orang tua, pendidik, dan ahli psikologi memberikan berbagai label kepada periode ini dan label-label ini mencerminkan ciri-ciri utama dari periode kanak-kanak akhir (Elizabeth B.Hurlock, 2004:146) :

1. Label yang digunakan oleh orang tua
 - a. Usia yang menyulitkan, yaitu masa dimana anak tidak mau lagi menuruti perintah dan anak lebih banyak dipengaruhi oleh teman-teman sebaya dibanding orang tua atau anggota keluarga lainnya.
 - b. Usia tidak rapih, yaitu masa dimana anak cenderung tidak memperdulikan dan ceroboh dalam penampilan, dan kamarnya sangat berantakan, terutama anak laki-laki. Hal tersebut juga berlaku pada anak dengan peraturan keluarga yang ketat.
 - c. Usia bertengkar, yaitu dimana banyak terjadi pertengkaran dengan anggota keluarga dan suasana rumah menjadi tidak menyenangkan bagi semua anggota keluarga. Pada periode ini anak sering menentang peraturan-peraturan orang tua dan anak

mengharapkan kebebasan yang lebih banyak dari yang diberikan oleh orang tua.

2. Label yang digunakan oleh pendidik

- a. Usia sekolah dasar, pada usia tersebut anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa. Anak dituntut untuk mempelajari berbagai keterampilan, baik keterampilan akademik maupun dalam bidang ekstrakurikuler.
- b. Periode kritis dalam dorongan berprestasi, yaitu dimana anak membentuk kebiasaan untuk sukses, tidak sukses, atau sangat sukses. Jika kebiasaan tersebut sudah terbentuk, maka kemampuan tersebut cenderung menetap sampai dewasa.

3. Label yang digunakan oleh ahli psikologi

- a. Usia berkelompok, yaitu dimana perhatian utama anak tertuju pada keinginan diterima oleh teman-teman sebaya sebagai anggota kelompok, terutama kelompok yang bergengsi dalam pandangan teman-temannya.
- b. Usia penyesuaian diri, yaitu dimana anak ingin menyesuaikan diri dengan standar yang disetujui kelompoknya, baik dalam penampilan, cara berbicara, dan berperilaku.
- c. Usia kreatif, yaitu suatu masa dalam rentang kehidupan dimana akan ditentukan apakah anak-anak menjadi konformis atau pencipta karya yang baru dan orisinal.

- d. Usia bermain, yaitu berkembang luasnya minat dan kegiatan bermain, dan bukan karena banyaknya waktu untuk bermain.

2.4.3 Tugas Perkembangan Masa Kanak-Kanak Akhir

Pada setiap tahapan perkembangan ada tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh anak. Adapun tugas-tugas perkembangan pada *fase late childhood* menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1996) adalah sebagai berikut :

1. Mempelajari keterampilan fisik yang diperlukan untuk permainan yang umum.
2. Membentuk sikap yang sehat terhadap diri sebagai suatu makhluk yang sedang tumbuh.
3. Belajar menyesuaikan diri dengan teman sebaya.
4. Memperlajari peran sosial laki-laki atau wanita yang tepat.
5. Memperkembangkan keterampilan-keterampilan dasar dalam membaca, menulis, dan berhitung.
6. Memperkembangkan pengertian-pengertian yang perlu untuk kehidupan sehari-hari.
7. Memperkembangkan kata hati, kesusilaan dan ukuran nilai-nilai.
8. Mencapai kebebasan pribadi.
9. Memperkembangkan sikap terhadap lembaga-lembaga dan kelompok-kelompok sosial.

2.5 Kerangka Pikir

Sekolah menjadi salah satu lembaga yang sangat penting dalam membentuk karakteristik anak. Pembentukan karakteristik anak salah satunya ditunjang oleh metode pengajaran yang diberikan kepada para siswa. Untuk saat ini, di Indonesia banyak sekali sekolah-sekolah yang menerapkan metode dan program *Full Day School*, dimana anak lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah daripada di rumah. Anak sekolah mulai dari pagi hari hingga sore hari.

Kurikulum yang digunakan dalam *Full Day School* adalah kurikulum yang dirancang sendiri oleh sekolahnya namun masih berpatokan kepada Departemen Pendidikan Nasional. Banyak orang tua yang tertarik memasukkan anaknya ke sekolah yang berbasis *Full Day School* karena sistemnya dapat membentuk siswa berintelektual tinggi yang dapat memadukan aspek ketrampilan dan pengetahuan dengan sikap yang baik, selain itu juga karena meningkatnya jumlah ibu yang bekerja di luar rumah.

Salah satu sekolah yang berbasis *Full Day School* dan berlandaskan pada ilmu sains dan agama di Bandung adalah Sekolah Dasar Sains Al Biruni. Sekolah ini tergolong sekolah *elite* dengan fasilitas yang lengkap dan memiliki jadwal yang sangat padat. Kurikulum di SD ini, diterapkan 11 mata pelajaran, sedangkan di sekolah umum hanya diterapkan 8 mata pelajaran (DEPDIKNAS). Jam sekolah dari pagi hingga sore hari, dan satu jam pelajaran memiliki waktu 50 menit, sedangkan sekolah umum hanya 35 menit untuk satu jam pelajaran. Tiap mata pelajaran di kaitkan dengan konsep Islam, sebelum memulai pelajaran para siswa diwajibkan untuk membaca Al-Qur'an terlebih dahulu, para siswa-siswi juga diwajibkan untuk mengenakan seragam yang muslim dan muslimah, dan di hari

Sabtu diselenggarakan ekstrakurikuler yang wajib di ikuti oleh seluruh siswa, kecuali untuk siswa kelas 6. Setelah jam pulang sekolah, siswa kelas 6 dan 5 dianjurkan untuk mengikuti jam tambahan di sekolah selama satu jam hingga satu setengah jam. Sehingga mereka baru dapat pulang dari sekolah pukul 17.00 atau 17.30. Berbeda dengan siswa kelas 1 sampai kelas 4 yang tidak diwajibkan untuk mengikuti les tambahan.

Dengan padatnya jadwal belajar siswa yaitu dari pagi hari hingga sore hari, ditambah les yang diikuti oleh siswa hingga malam hari, dan di malam haripun anak harus mengerjakan tugas rumah yang diberikan oleh guru. Maka disini waktu beristirahat anak menjadi berkurang, waktu bermain dan bersosialisasi anak dengan orang tua dan teman-temannya menjadi sangat terbatas, juga waktu untuk berkumpul bersama keluargapun menjadi berkurang.

Menurut Robert J. Havighurst dalam Hurlock (1996), usia anak sekolah termasuk kedalam masa anak akhir atau *late childhood*, dimana pada usia tersebut terdapat beberapa tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Adapun tugas-tugas perkembangan tersebut adalah belajar keterampilan fisik yang digunakan untuk bermain, pembentukan sikap yang sehat terhadap diri sendiri sebagai individu yang tumbuh, belajar menyesuaikan diri, belajar menyesuaikan diri dengan teman sebaya, belajar mengembangkan peran pria atau wanita yang tepat, mengembangkan keterampilan dasar untuk menulis, membaca dan berhitung, mengembangkan pengertian-pengertian yang diperlukan untuk kehidupan sehari-hari, mengembangkan hati nurani, moralitas dan nilai-nilai kehidupan, mengembangkan sikap sehat terhadap kelompok dan lembaga-lembaga, dan mencapai kebebasan pribadi.

Jika dilihat dari salah tugas perkembangannya, yaitu anak belajar keterampilan fisik yang digunakan untuk bermain. Di sini seharusnya anak lebih banyak menghabiskan waktunya dalam bermain karena pada periode ini pertumbuhan otot dan tulang berlangsung secara cepat. Namun para siswa SD Al Biruni lebih banyak menghabiskan waktunya untuk belajar di dalam kelas dibandingkan dengan melakukan aktivitas di luar ruangan. Selain itu, (Allen & Klein, 1996) mengatakan bahwa beban pekerjaan rumah yang banyak dapat membuat siswa mengalami stres. Jadwal yang padat di luar jam sekolah seperti les, dan juga kurangnya waktu istirahat seperti tidur juga dapat menyebabkan stres (Kompas, 20/5/2015). Hal ini sejalan dengan kondisi siswa-siswi di SD Al Biruni, dimana siswa memiliki jadwal yang sangat padat, ditambah tugas yang cukup banyak yang di berikan oleh guru dan juga setelah pulang sekolah para siswa mengikuti les tambahan yang dilakukan di sekolah maupun di luar sekolah, ini menyebabkan waktu istirahat siswa menjadi berkurang. Maka dapat dikatakan siswa-siswi di SD Al Biruni rentan mengalami stres.

Untuk dapat menghindari siswa-siswi mengalami stres, dapat dengan melakukan aktivitas fisik secara rutin. Sebuah jurnal penelitian (Liu,2015) mengatakan bahwa aktivitas fisik dapat memberi manfaat pada fisiologis dan psikologis anak. Selain itu, aktivitas fisik dapat meningkatkan kesehatan mental. Anak yang rutin melakukan aktivitas fisik, dapat terhindar dari berbagai penyakit. Selain penyakit, aktivitas fisik juga dapat meningkatkan harga diri, konsep diri, dapat juga mengurangi tingkat stres, kecemasan, depresi, dan kemarahan. Ini sejalan dengan kondisi siswa-siswi SD Al-Biruni yang memiliki jadwal yang padat dengan kegiatan belajar dari pagi hingga malam hari dan berlangsung

hampir setiap hari, sehingga siswa tidak memiliki waktu yang cukup untuk menanggulangi stresnya.

Siswa-siswi SD Sains Al Biruni memberikan penilaian pemaknaan terhadap beberapa domain kehidupan. Terdapat siswa siswi yang merasa puas dengan kegiatannya di sekolah, mereka juga merasa sekolah dapat memberikan efek yang positif bagi dirinya, namun ada pula siswa-siswi yang merasa tidak senang dengan kegiatannya di sekolah, karena dengan padatnya jadwal belajar, waktu untuk bermain dan istirahat mereka menjadi berkurang ini merupakan gambaran dari domain *School Satisfaction*. Lalu siswa-siswi juga merasa puas dengan relasinya bersama teman-teman, guru di sekolah maupun orang-orang di rumah, namun ada juga siswa yang tidak bisa membangun relasi sosial yang baik dengan temannya maupun orang di rumah ini gambaran dari domain *Satisfaction with interpersonal relationship*. Selain itu terdapat siswa-siswi yang merasa senang dengan waktu yang mereka miliki, dan mereka dapat membagi dan mengatur waktu yang mereka miliki dengan baik. Namun ada juga siswa-siswi yang merasa tidak senang dengan waktu yang mereka miliki karena sebagian besar waktu mereka habis dengan kegiatan belajar, mereka juga merasa tidak dapat membagi dan mengatur waktunya dengan baik ini gambaran dari domain *Satisfaction with time organization*. Dengan padatnya jadwal mereka sehari-hari dan berkurangnya waktu istirahat mereka, terdapat siswa-siswi yang mengalami kondisi kesehatan yang menurun, mereka juga rentan terkena penyakit dan merasa tubuhnya sangat lelah. Namun ada pula siswa-siswi yang merasa kondisi tubuhnya baik-baik saja dan jarang terkena penyakit. Seluruh siswa-siswi merasa puas dengan keadaan rumahnya yang mereka nilai rumahnya cukup nyaman dan

luas untuk keluarganya tinggal, serta mereka memiliki ruangan sendiri yang cukup nyaman untuk mereka. Berdasarkan data tersebut, peneliti mengasumsikan bahwa domain *satisfaction with time organization* adalah domain yang memiliki nilai paling rendah, karena dilihat dari padatnya jadwal belajar yang dimiliki siswa, ini akan membuat siswa untuk terus focus dan disibukkan dengan kegiatan belajarnya. Sehingga akan membuat waktu siswa untuk bermain serta beristirahat menjadi berkurang.

Penilaian-penilaian tersebut menggambarkan delapan domain kehidupan atau yang disebut dengan *life domains*. Domain tersebut diambil dari hasil penelitian Casas (dalam UNICEF, 2012) yang menunjukkan bahwa terdapat delapan domain yang dianggap paling penting terkait dengan kesejahteraan anak, yaitu *home satisfaction, satisfaction with material things, satisfaction with the area living in, satisfaction with health, satisfaction with interpersonal relationship, satisfaction with time organization, school satisfaction, personal satisfaction*.

Hasil dari penilaian dan pemaknaan siswa-siswi terhadap area-area atau domain kehidupan disebut sebagai *Children well-being*. *Children well-being* dalam penelitian ini mengacu pada teori Diener yaitu *Subjective well-being* yang kemudian dimodifikasi oleh UNICEF. Menurut Diener, *subjective well-being* merupakan evaluasi subjektif seseorang mengenai kehidupannya termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi yang menyenangkan, *fulfillment*, kepuasan terhadap area-area (pernikahan, pekerjaan, pendidikan) dan tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah (Diener, 2003).

Children well-being dapat dilihat dari bagaimana pemaknaan anak pada domain-domain kehidupannya. *Children well-being* adalah pemaknaan mengenai persepsi, evaluasi dan cita-cita seorang anak mengenai kehidupannya (UNICEF dalam *Children Well-Being From Their Own Point Of View*, 2012). Evaluasi anak-anak mengenai kehidupan mereka dapat ditunjukkan dengan tingginya tingkat kepuasan dalam kehidupannya secara keseluruhan atau pada domain-domain tertentu dalam kehidupannya.



2.5.1 Skema Kerangka Berfikir

