

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL GURU TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA

¹Delima Sidabutar,²Kartini Lumbantobing,³Yesica Gabriela Siallagan,⁴Helena Turnip

delimasidabutar597@gmail.com kartinilumbantobing808@gmail.com

yesicagabriela1612@gmail.com helenaturnip02@gmail.com

Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan yang mulia, yaitu menganalisis dampak positif dukungan sosial yang diberikan oleh para guru terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Kesejahteraan psikologis siswa adalah isu yang semakin penting dalam konteks pendidikan. Hal ini karena memiliki dampak langsung terhadap prestasi akademik dan kualitas kehidupan siswa di lingkungan sekolah. Dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis diukur melalui beberapa indikator, yaitu perasaan harga diri, motivasi belajar, kepuasan hidup, serta kesehatan mental siswa secara keseluruhan. Dukungan sosial guru, dalam berbagai bentuknya, mencakup dukungan emosional, informasi, penghargaan, dan pengakuan atas prestasi serta usaha siswa. Penelitian menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan antara dukungan sosial yang diberikan oleh guru dan kesejahteraan psikologis siswa. Secara istimewa, sokongan emosional daripada guru didapati mempunyai kesan yang paling kuat terhadap harga diri dan kepuasan hidup pelajar. Siswa yang merasa mendapat dukungan emosional dari guru menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dan lebih mampu mengatasi stres atau tantangan akademis. Selain itu, dukungan informasi, seperti panduan belajar dan bimbingan akademik dari guru, juga berkontribusi terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Ketika siswa merasa mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari guru, mereka menjadi lebih bersemangat dan memiliki tujuan yang jelas dalam belajar. Dukungan sosial dari guru sangat penting dalam menjaga kesejahteraan mental siswa, seperti mengurangi risiko kecemasan dan depresi. Guru yang peka dan responsif terhadap kebutuhan emosional siswa dapat menciptakan lingkungan belajar yang aman dan nyaman. Hal ini membantu siswa merasa lebih tenang dan termotivasi untuk mencapai potensi terbaik mereka. Para siswa yang merasa diperhatikan dan dihargai oleh guru menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Sehingga, mereka cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap diri sendiri dan sekolah. Implikasi penelitian ini menegaskan betapa vitalnya peran guru sebagai salah satu sumber dukungan sosial utama dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Para guru diharapkan bisa lebih menyadari pentingnya dampak dari dukungan sosial yang mereka berikan kepada siswa. Dukungan ini tidak hanya berpengaruh pada prestasi akademik, tetapi juga sangat berarti dalam mendukung kesehatan mental siswa. Sekolah dan pihak terkait juga perlu mempertimbangkan untuk memberikan pelatihan kepada guru dalam memahami dan mendukung kebutuhan psikologis

siswa, sehingga tercipta lingkungan pendidikan yang mendukung kesejahteraan holistik siswa. Dalam kesimpulannya, dukungan sosial yang diterima siswa dari guru mampu memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Ini termanifestasi dalam peningkatan harga diri, motivasi belajar, dan kesehatan mental siswa. Penelitian ini menyoroti betapa pentingnya memperkuat hubungan antara guru dan siswa sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa secara menyeluruh. Lebih lanjut, penelitian ini juga membuka peluang untuk mengembangkan pendekatan-pendekatan yang lebih komprehensif dalam mendukung kesehatan mental siswa di lingkungan pendidikan.

Kata Kunci : Dukungan sosial, guru, kesejahteraan psikologis, kesehatan mental siswa, motivasi belajar,

PENDAHULUAN

Di tengah tuntutan akademis dan tantangan sosial yang semakin besar, kesejahteraan psikologis siswa dapat terancam, yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk kinerja akademis, hubungan sosial, dan kualitas hidup sehari-hari. Pada tahap perkembangan siswa, khususnya siswa remaja, sekolah tampak sebagai lingkungan sosial yang memberikan pengaruh besar terhadap pembentukan identitas dan pandangan diri mereka. (“Strategies for the Curriculum Reform of Psychological Well-Being Education for University Students,” 2023)

Salah satu aspek penting dalam lingkungan sekolah yang sangat berperan terhadap kesejahteraan siswa adalah dukungan sosial, terutama dukungan dari guru. Guru bukan hanya berfungsi sebagai fasilitator dalam proses belajar-mengajar, tetapi juga sebagai figur otoritas dan sumber dukungan yang berpotensi membantu siswa dalam mengatasi berbagai masalah yang mereka hadapi, baik di dalam maupun di luar lingkungan akademis.

Dukungan sosial dari guru dapat dalam bentuk dukungan emosional, dukungan informasi, dan juga dukungan penghargaan atau pengakuan. Dukungan emosional mencakup sikap empati, perhatian, dan kesediaan untuk mendengarkan masalah siswa, yang dapat membantu siswa merasa diterima dan dihargai.

Dukungan informasi merupakan bimbingan atau petunjuk yang penting, contohnya saat mengerjakan tugas atau menghadapi ujian, yang dapat memberikan kepercayaan dan arah yang jelas kepada siswa. Dukungan penghargaan memainkan peran penting dengan memberikan pengakuan atas usaha dan prestasi siswa. (McClure & Fullerton, 2017)

Ini bisa meningkatkan rasa percaya diri serta harga diri mereka. Penelitian sungguh menarik menemukan bahwa siswa yang merasa didukung secara sosial oleh guru memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang kurang mendapat dukungan. Menurut Ryan dan Deci (2000), teori Self-Determination menyoroti bahwa dukungan dari lingkungan, termasuk guru, dapat meningkatkan kebutuhan dasar siswa akan kompetensi, keterhubungan, dan otonomi.

Ketika kebutuhan ini terpenuhi, siswa cenderung merasa lebih bahagia, termotivasi, dan memiliki ketahanan dalam menghadapi tantangan. Sebaliknya, jika guru kurang memberikan dukungan sosial, hal itu dapat menimbulkan perasaan cemas, stres, bahkan depresi pada siswa. Sirkulasi perasaan demikian dapat mengakibatkan penurunan motivasi dan kinerja akademis mereka. Selain itu, kesejahteraan psikologis siswa tidak hanya berdampak pada aspek akademis, tetapi juga pada kemampuan sosial dan emosional mereka. (Haneta et al., 2023)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei untuk mengeksplorasi pengaruh dukungan sosial guru terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Lewat metode ini, data dikumpulkan untuk melihat sejauh mana dukungan sosial yang diberikan guru memengaruhi berbagai aspek kesejahteraan siswa.

Ini termasuk harga diri, motivasi belajar, kepuasan hidup, dan kesehatan mental mereka. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa tingkat SMP dan SMA di Kota X, dengan jumlah sampel 300 siswa yang dipilih berdasarkan kriteria tertentu untuk memastikan data yang representatif. Instrumen utama penelitian terdiri dari kuesioner yang memiliki dua skala berbeda.

Pertama, skala dukungan sosial dari guru. Kedua, skala kesejahteraan psikologis siswa. Kuesioner ini berisi pernyataan terkait bentuk dukungan emosional, informasi, dan penghargaan dari guru, bersama dengan berbagai aspek kesejahteraan psikologis siswa. Data dianalisis secara statistik menggunakan uji korelasi untuk mengetahui kekuatan hubungan antara dukungan guru dan kesejahteraan psikologis siswa.

Analisis regresi digunakan untuk mengukur seberapa besar pengaruh dukungan sosial tersebut. Penelitian ini juga memperhatikan etika penelitian dengan menjaga kerahasiaan data. Persetujuan dari siswa dan orang tua diperoleh sebelum pengumpulan data. Hasil dari metode

ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana dukungan guru berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

Hal ini pada akhirnya diharapkan dapat membantu dalam mengembangkan strategi peningkatan dukungan di lingkungan sekolah. Please rewrite this text in a smooth and flowing style, and add a line break where necessary:.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial yang diterima dari guru dan kesejahteraan psikologis siswa. Analisis data menunjukkan bahwa siswa yang merasakan dukungan dari guru cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Ini meliputi aspek harga diri, motivasi belajar, kepuasan hidup, serta stabilitas emosional.

Korelasi ini menegaskan peran penting guru. Guru bukan hanya sebagai pendidik, tetapi juga sebagai sumber dukungan emosional dan sosial bagi siswa. Analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa dukungan sosial dari guru memberikan kontribusi yang signifikan terhadap meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. (Varol et al., 2023)

Dukungan emosional dari guru, seperti perhatian dan empati, merupakan faktor yang paling berdampak signifikan. Siswa yang merasa diperhatikan dan didengarkan oleh guru menunjukkan peningkatan dalam kepercayaan diri dan motivasi belajar mereka. Dukungan dalam bentuk informasi, misalnya saran belajar atau nasihat akademis, juga berdampak positif karena membantu siswa merasa lebih kompeten dan terarah dalam belajar.

Selain itu, dukungan dalam bentuk pengakuan dan apresiasi dari guru memiliki peran penting dalam memperkuat harga diri siswa. Siswa yang mendapat penghargaan dari guru karena usaha atau prestasi mereka akan memiliki pandangan yang positif terhadap diri sendiri. Mereka juga akan merasa termotivasi untuk mencapai hasil yang lebih baik. (Van Aalst et al., 2021)

Hal ini sejalan dengan teori Self-Determination yang menekankan pentingnya kebutuhan dasar akan kompetensi, keterhubungan, dan otonomi untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Dari sisi kesejahteraan psikologis, siswa yang mendapat dukungan sosial yang memadai dari guru cenderung merasakan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi. Dukungan ini dapat membantu siswa merasa terhubung dan diterima dalam lingkungan sekolah.

Hal ini berdampak positif dalam mengurangi tingkat stres, kecemasan, dan potensi konflik sosial. Hasil ini menunjukkan bahwa dukungan dari guru dapat berperan sebagai faktor perlindungan terhadap masalah kesehatan mental yang umum terjadi di kalangan siswa. Terutama di masa remaja yang penuh dengan tantangan.(Dwan-O'Reilly et al., 2024)

Secara menyeluruh, penelitian ini memperkuat pandangan bahwa dukungan sosial dari guru berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.Dukungan ini tidak hanya membantu siswa dalam pencapaian akademis,tetapi juga dalam membentuk kesejahteraan emosional dan sosial yang sehat. Berdasarkan penemuan ini, maka disarankan agar sekolah memberikan pelatihan kepada guru.(Holt et al., 2024)

Tujuannya adalah untuk meningkatkan keterampilan dalam komunikasi dan empati. Hal ini akan membantu dalam mendukung kebutuhan psikologis siswa. Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan bahwa pendekatan dukungan sosial yang komprehensif dari guru dapat menjadi landasan yang kuat untuk menciptakan lingkungan belajar yang positif dan mendukung kesejahteraan siswa secara menyeluruh.

Dukungan sosial yang dijelaskan dalam penelitian ini terdiri dari tiga dimensi utama:dukungan emosional, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan. Setiap dimensi ini memberikan pengaruh yang berbeda terhadap kebaikan psikologis siswa.

1. Dukungan Emosional :Dukungan emosional dari guru sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis siswa, karena meliputi perhatian, empati, dan kesediaan untuk mendengarkan perasaan serta masalah mereka. Siswa yang mendapat dukungan emosional dari guru cenderung menunjukkan peningkatan harga diri dan motivasi belajar.Mereka biasanya merasa lebih dihargai dan lebih mampu menghadapi tekanan akademik maupun sosial.Ini sama dengan prinsip Self-Determination yang menyatakan bahwa dukungan emosional dari orang lain, termasuk guru, sangat krusial untuk memenuhi kebutuhan dasar siswa terhadap keterhubungan dan kompetensi.Lembut merasa didukung, siswa merasakan hal lebih ditolong di sekolah, yang memengaruhi kapejoan idup mereka.
2. Dukungan Informasi : Dukungan dalam bentuk informasi, seperti panduan tentang metode belajar yang efektif atau petunjuk dalam menyelesaikan tugas, juga memberikan pengaruh yang baik terhadap kesejahteraan psikologis para siswa. Siswa yang mendapat dukungan informasi merasa lebih percaya diri dalam kemampuan akademis mereka. Mereka juga

merasa lebih terarah dan mampu menghadapi tantangan belajar dengan lebih baik. Dukungan informasi ini membantu siswa merasa lebih kompeten dan memotivasi mereka untuk mencapai tujuan akademik. Hal ini terhubung dengan peningkatan motivasi belajar dan kepuasan hidup. (Lamei & Hui, 2024)

3. Dukungan Penghargaan : Dukungan penghargaan, seperti memberikan pengakuan terhadap usaha atau prestasi siswa, terbukti mampu meningkatkan rasa percaya diri dan semangat belajar siswa. Siswa yang merasa dihargai oleh guru cenderung menunjukkan pandangan yang positif terhadap diri sendiri dan perilaku yang lebih prososial, kaya akan perhatian kepada teman sekelas. Penghargaan yang diberikan oleh guru meningkatkan rasa percaya diri siswa, dan membantu mereka merasa lebih puas dengan kehidupan mereka secara keseluruhan.

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa guru memiliki peran penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis siswa. Dukungan sosial yang diberikan oleh guru adalah faktor pelindung yang membantu siswa menghadapi stres dan masalah emosional selama masa remaja. Dalam bidang pendidikan, tugas seorang guru tidak sekadar mengajar pelajaran akademis, namun juga melibatkan memberikan dukungan emosional dan psikologis kepada murid, yang sungguh-sungguh esensial bagi perkembangan mental mereka.

Di samping itu, hasil kajian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologi pelajar sangat tergantung kepada persepsi mereka terhadap hubungan dengan guru. Siswa-siswa yang merasa terhubung dengan guru dan menerima dukungan dari mereka, cenderung lebih mampu mengatasi masalah pribadi dan akademik. Sebaliknya, para siswa yang merasa tidak diperhatikan atau digawatirkan oleh guru, cenderung mengalami masalah kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, atau stres yang bisa mempengaruhi kinerja akademik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial guru memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Tiga dimensi dukungan sosial: dukungan emosional, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan, telah terbukti berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

Dukungan emosional dari guru, yang mencakup perhatian dan empati, memiliki dampak paling besar terhadap harga diri dan motivasi belajar siswa, serta berperan penting dalam menciptakan perasaan diterima dan dihargai. Dukungan informasi, seperti arahan akademik dan bimbingan belajar, turut berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dan kemampuan mereka dalam mengatasi tantangan akademik.

Sementara itu, dukungan penghargaan memberikan pengakuan pada usaha dan prestasi siswa, yang membantu meningkatkan harga diri mereka. Dukungan ini juga mendorong mereka untuk terus berkembang dan mencapai tujuan. Keseluruhan temuan penelitian menekankan bahwa guru memiliki peran ganda, yaitu sebagai pendidik akademik dan penyokong sosial penting untuk kesejahteraan psikologis siswa.

Karena itu, penting bagi sekolah untuk memberikan pelatihan kepada guru mengenai keterampilan dukungan emosional dan sosial. Selain itu, mereka perlu menciptakan lingkungan yang mendukung hubungan positif antara guru dan siswa. Mengenai hal tersebut, dukungan sosial yang disediakan oleh guru dapat dianggap sebagai faktor krusial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Ini berpengaruh langsung pada kepuasan hidup, semangat belajar, dan kesejahteraan mental secara keseluruhan.

REFERENSI

- Dwan-O'Reilly, M., Walsh, L., Booth, A., Heary, C., & Hennessy, E. (2024). Measuring School Staff Confidence and Worries to Deliver Mental Health Content: An Examination of the Psychometric Properties of Two Measures in a Sample of Secondary School Staff. *School Mental Health, 16*(1), 41–52. <https://doi.org/10.1007/s12310-023-09616-8>
- Haneta, C., Fitri, M., & Williyanto, S. (2023). Impact Of Social Support On Increasing Motivation Of Student Athlete Performance. *Bravo's : Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan, 11*(3), 259. <https://doi.org/10.32682/bravos.v11i3.3218>
- Holt, A. K., Drasgow, E., & Wolfe, K. (2024). Training Teachers of Children With Moderate to Significant Support Needs to Contingently Respond to Child-Initiated Social Participation Behaviors During Centers. *Research and Practice for Persons with Severe Disabilities, 49*(2), 88–106. <https://doi.org/10.1177/15407969241237809>
- Lamei, H., & Hui, L. (2024). Study on the Relationship Between Social Support, Psychological Resilience and Subjective Well-Being in Private Universities—Take Anhui Wenda Institute of Information Engineering as an Example. *Occupation and Professional Education, 1*(3), 62–66. <https://doi.org/10.62381/O242309>

- McClure, E. L., & Fullerton, S. K. (2017). Instructional Interactions: Supporting Students' Reading Development Through Interactive Read-Alouds of Informational Texts. *The Reading Teacher*, 71(1), 51–59. <https://doi.org/10.1002/trtr.1576>
- Strategies for the Curriculum Reform of Psychological Well-being Education for University Students. (2023). *Curriculum and Teaching Methodology*, 6(14). <https://doi.org/10.23977/curtm.2023.061409>
- Van Aalst, D. A. E., Huitsing, G., Mainhard, T., Cillessen, A. H. N., & Veenstra, R. (2021). Testing how teachers' self-efficacy and student-teacher relationships moderate the association between bullying, victimization, and student self-esteem. *European Journal of Developmental Psychology*, 18(6), 928–947. <https://doi.org/10.1080/17405629.2021.1912728>
- Varol, Y. Z., Weiher, G. M., Wenzel, S. F. C., & Horz, H. (2023). Practicum in teacher education: The role of psychological detachment and supervisors' feedback and reflection in student teachers' well-being. *European Journal of Teacher Education*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/02619768.2023.2201874>