

***Well-being* Siswa yang Diikuti Banyak Kegiatan Bimbingan Belajar oleh Orang Tuanya**

Ledya Mawaddah
Universitas Surabaya
ledymawaddah@yahoo.com

ABSTRAK

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan aspek penting yang menentukan kualitas belajar siswa. Tidak sedikit siswa-siswi di Indonesia yang diikuti bimbingan belajar oleh orangtuanya lebih dari dua tempat bimbingan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gagasan ilmiah terhadap para orangtua dan guru agar lebih memperhatikan perkembangan mental siswa, dalam hal ini adalah *psychological well-being* siswa. Menurut Piaget, pembelajaran yang tidak sesuai dengan perkembangan kognitif anak memiliki konsekuensi negatif bagi perkembangan aspek psikologis lainnya. Mengikuti bimbingan belajar adalah langkah baik untuk memberikan fasilitas pada siswa dalam mengisi waktu luang dan menyelesaikan kesulitan belajarnya, namun jangan sampai banyaknya bimbingan belajar yang diikuti oleh siswa (kegiatan kognitif) justru membuat siswa tertekan dan merusak struktur kognitifnya. Siswa harus diberi ruang untuk bermain, mengembangkan hobi yang positif, mengembangkan kemampuan bahasa dan interaksi sosialnya serta pengembangan diri lainnya.

Keywords: Psychological well-being siswa; bimbingan belajar; parenting style.

ABSTRACT

Psychological well-being (psychological well-being) is an important aspect that determines the quality of student learning. Not a few students in Indonesia that included tutoring by his parents more than two places tutoring. This research aims to provide a scientific idea against parents and teachers to be more attentive to the mental development of the students, in this case it is the psychological well-being of students. According to Piaget, learning that is incompatible with the child's cognitive development have negative consequences for the development of other psychological aspects. Including his tutoring is a good step to provide facilities at students in the Leisure and completing their learning difficulties, but not to the large number of tutoring followed by students (cognitive activities) is precisely make students are depressed and damaging the structure of the kognitifnya. Students must be given the space to play, develop a positive hobby, develop language skills and social interaction as well as other self development.

Keywords: Psychological well-being siswa; learning guidance; parenting style.

PENDAHULUAN

Belajar merupakan kegiatan penting dan wajib bagi setiap orang. Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003, Pasal 3, Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dalam Chaplin (2011) belajar (*learning*) adalah perolehan dari sembarang perubahan yang relatif permanen dalam tingkah laku sebagai hasil dari praktik atau hasil pengalaman. Belajar biasa didefinisikan sebagai perubahan individu yang dihasilkan dari pengalamannya (Driscoll, Hill, dan Schunk, dalam Santrock, 2009). Perubahan disebabkan dari proses perkembangan yang lebih baik. Menurut Santrock (2009) belajar dapat didefinisikan sebagai perubahan pada perilaku, pengetahuan, dan kemampuan berpikir secara permanen serta menjadi pengalaman berharga bagi seseorang.

Realitas sistem pembelajaran di Indonesia, kurikulum pendidikannya masih mengarahkan siswa untuk menguasai seluruh mata pelajaran yang diberikan oleh guru. Siswa harus mampu menyelesaikan semua soal-soal pada semua mata pelajaran yang ada. Dalam sehari mata pelajaran yang diterima siswa bisa mencapai enam hingga delapan mata pelajaran. Hampir setiap guru selalu memberikan tugas untuk dikerjakan di rumah, baik secara individu maupun berkelompok. Untuk menentukan kesuksesan belajar siswa, biasanya diukur dari tingginya nilai hasil ujian, baik ujian harian, maupun ujian akhir semester.

Adanya sistem semacam ini membuat orangtua lebih memperhatikan perkembangan kognitif siswa dibandingkan dengan perkembangan non kognitif siswa. Adanya sistem semacam ini juga menjadikan siswa harus menguasai seluruh mata pelajaran yang ada. Tak jarang ada siswa yang mengalami kesulitan dalam memahami dan menyelesaikan soal-soal pada mata pelajaran tertentu. Ketika orangtua kesulitan membimbing anaknya belajar, atau terbatasnya waktu yang dimiliki oleh orangtua karena kesibukan bekerja, yang dilakukan oleh orangtua adalah mendaftarkan anaknya mengikuti bimbingan belajar di luar sekolah, baik yang bersifat privat maupun kelompok. Tidak sedikit orangtua yang rela mengeluarkan biaya yang tidak murah demi mengikuti anaknya dalam bimbingan belajar.

Dalam perkembangannya, bimbingan belajar bukan hanya untuk siswa yang memiliki kesulitan dalam belajar, tetapi juga untuk siswa yang otaknya pintarpun tidak mau ketinggalan mengikuti bimbingan belajar. Penyebabnya adalah karena kurang percaya diri, sehingga ikut-ikutan untuk belajar di bimbingan belajar demi bersaing dalam memperebutkan sekolah favorit di tingkat selanjutnya.

Dalam prakteknya, kegiatan bimbingan belajar bukan murni kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan kreativitas siswa atau pembentukan karakter siswa,

melainkan proses melatih menjawab ratusan soal yang kemungkinan diujikan, baik pada ujian harian ataupun ujian nasional. Dapat dibayangkan betapa banyak waktu yang dihabiskan anak untuk belajar akademis, berlatih menjawab soal-soal, baik di sekolah, di tempat bimbingan belajar serta di rumah. Padahal anak adalah objek pembelajaran juga perlu mendapatkan perhatian khusus baik dari segi kesejahteraan fisik dan psikologisnya. Semakin banyak kegiatan bimbingan belajar yang diikuti oleh anak, maka semakin banyak waktu anak yang tersita. Seperti waktu untuk bermainnya tersita, padahal anak-anak juga membutuhkan waktu untuk bermain dan berteman mengembangkan kreativitasnya; kemudian waktu untuk istirahatnya juga tersita, padahal anak juga membutuhkan waktu yang cukup untuk istirahat. Dengan demikian menjadi tersita waktu anak untuk menjalankan hobi dan mengembangkan dirinya.

Dalam kondisi tersebut apakah anak memiliki well-being ataukah justru tertekan. Padahal kepemilikan well-being sangat penting untuk mendukung kualitas belajar dan tumbuh kembang anak. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Breslin, (2017) menemukan bahwa aktivitas fisik telah terbukti dapat meningkatkan well-being pada anak-anak, ditambah dengan dukungan keluarga, teman dan sekolah. Bagaimana dengan aktivitas kognitif yang terlalu banyak diberikan pada anak ?, seperti anak diikutkan banyak bimbingan belajar akademik sepulang sekolah.

Psychological well-being

Kesejahteraan psikologis (Psychological well-being / Children well-being) adalah kemampuan yang ada di dalam diri anak untuk menerima diri apa adanya, menjadikan hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu (Ryff dan Keyes, 1995). Ryff merumuskan 6 aitem Psychological well-being berdasarkan diskusi teoritis mengenai kebutuhan, motif, dan atribut yang mencirikan seseorang dengan kesehatan mental yang baik. Singkatnya, Psychological well-being adalah perasaan bahagia secara umum (Schmutte dan Ryff 1997).

Setiap dimensi Psychological Well-being (PWB) mengartikulasikan berbagai tantangan yang dihadapi individu saat mereka berusaha untuk berfungsi secara positif (Ryff & Keyes, 1995). Artinya, seorang anak berusaha merasa nyaman dengan dirinya sendiri meski sadar akan keterbatasan diri sendiri (self-acceptance). Mereka juga berusaha untuk mengembangkan dan memelihara hubungan interpersonal yang hangat dan percaya diri (hubungan positif dengan orang lain) dan untuk membentuk lingkungan mereka sehingga dapat memenuhi kebutuhan dan keinginan pribadi (penguasaan lingkungan). Dalam mempertahankan individualitas dalam konteks sosial yang lebih besar, seorang anak juga mencari rasa penentuan nasib sendiri dan otoritas pribadi (otonomi). Upaya penting adalah menemukan makna dalam usaha dan tantangan (tujuan hidup). Terakhir, memanfaatkan talenta dan kapasitas diri (pertumbuhan pribadi) sangat penting bagi PWB.

Komponen Psychological Well-being

Terdapat enam dimensi Psychological well-being atau Kesejahteraan psikologis yang ditemukan oleh Ryff (1989), yaitu:

- a. Self - acceptance (Penerimaan diri). Sikap positif yang terdapat dalam diri seseorang muncul sebagai karakteristik pusat dari fungsi psikologis yang positif. Penerimaan diri merupakan kemampuan individu dalam bersikap terhadap dirinya sendiri, menerima diri dan kehidupan masa lalunya, bertanggungjawab terhadap diri sendiri, berani mengakui kesalahan dan introspeksi diri.
- b. Positive relations with other (Hubungan positif dengan orang lain). Kemampuan individu dalam berhubungan hangat dengan orang lain, hubungan interpersonal yang didasari kepercayaan, serta perasaan empati dan kasih sayang yang kuat. Individu juga mampu berbaur dengan orang lain serta menghindarkan diri dari perasaan terisolasi dan sendiri.
- c. Autonomy (Otonomi). Kemampuan individu dalam menentukan nasib sendiri, kebebasan pengendalian internal dan pengaturan perilaku internal. Dasar kepercayaan bahwa pikiran dan tindakan seseorang berasal dari dirinya sendiri dan seharusnya tidak ditentukan oleh kendali orang lain. Individu yang memiliki otonomi berarti individu tersebut mampu mengatur hidupnya secara mandiri, tidak terus bergantung pada pihak lain, berani menyatakan pendapatnya, menentukan atau memutuskan sesuatu secara mandiri, dapat melakukan evaluasi diri secara mandiri dengan standart pribadi (bukan orang lain).
- d. Environmental mastery (Penguasaan lingkungan). Kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi batinnya. Weisz, Rothbaum, dan Blackburn (dalam Christopher, 1999) mengidentifikasi dua tipe kontrol yang digunakan oleh individu untuk menguasai lingkungannya, yaitu primary control dan secondary control. Primary control berasal dari usaha individu untuk memberikan pengaruh bagi realitas yang ada dengan dominasi dan agresi, yaitu merubah lingkungan agar sesuai dengan kondisi individu. Kebalikannya, secondary control berasal dari usaha individu untuk menyesuaikan dirinya dengan realitas hidup yang ada dengan mengontrol dampak dari kejadian-kejadian yang berkaitan dengan psikologi dan meninggalkan lingkungannya yang tidak berubah, yaitu beradaptasi dengan lingkungan tanpa merubah lingkungan tersebut.
- e. Purpose in life (Tujuan Hidup). Kesehatan mental juga didefinisikan dengan mencakup keyakinan bahwa individu mempunyai tujuan dan makna hidup. Definisi kematangan atau kedewasaan juga ditunjukkan dengan adanya pemahaman yang jelas mengenai tujuan hidup, pembuatan tujuan, dan memiliki tujuan yang telah direncanakan (beserta langkah-langkah yang terarah dan berkelanjutan) adalah bagian terpenting dari pencapaian tujuan dan makna hidup, sehingga individu dapat mencapai integrasi dalam dirinya dan merasa bahwa hidupnya bermakna.
- f. Personal growth (Pertumbuhan Pribadi). Kemampuan anak dalam mengembangkan potensinya secara terus-menerus, menumbuhkan dan memperluas diri sebagai

orang (person). Kemampuan ini merupakan gagasan dari individu untuk terus memperkuat kondisi internal alamiahnya. Dalam diri individu terdapat suatu kebutuhan untuk menyatakan diri (aktualisasi diri) dan menghadapi tantangan eksternal, sehingga pada akhirnya individu berjuang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (Psychological well-being). Kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri dan menyadari potensi individu merupakan pusat dari perspektif klinis pada pertumbuhan pribadi. Karakteristik kunci dari individu yang berfungsi secara penuh adalah memiliki sikap yang terbuka terhadap pengalaman baru.

Faktor-faktor yang Memengaruhi Psychological Well-being

Terdapat banyak faktor yang memengaruhi terbentuknya Psychological Well-being diantaranya jenis kelamin, usia, kesehatan fisik, keyakinan agama atau spiritual, status sosial ekonomi, hubungan interpersonal atau dukungan sosial, dan kepribadian.

Parental Involvement (Keterlibatan Orangtua)

Keterlibatan orangtua adalah keikutsertaan orangtua dalam kegiatan anak, baik ketika anak berada di rumah maupun di sekolah, dan adanya sikap positif yang ditunjukkan oleh orangtua terhadap pendidikan anak, guru, dan sekolah (Epstein, Grolnick, Slowiaczek, Kohl, Lengua & McMahon, dalam Topor, Keane, Shelton, & Calkins, 2010). Keterlibatan orangtua tampak dari partisipasi orangtua terhadap berbagai kegiatan, seperti melakukan perundingan dengan guru atau staf sekolah lainnya, mengikuti kegiatan yang diadakan sekolah, membantu anak mengerjakan tugas dan menghadiri pertemuan yang diadakan sekolah (Williams, Williams, & Ullman, Hill & Taylor, Park & Holloway, dalam Karibayeva & Bogar, 2014). Pendapat lainnya juga menjelaskan bahwa keterlibatan orangtua memiliki peran penting terhadap performa anak (Deutsher & Ibe, dalam Khajehpour & Ghazvini, 2011). Selain mendukung performa anak disekolah, keterlibatan orangtua juga sangat penting ketika anak berada di tempat kursus belajar (Henderson, et al, dalam Ferrara, 2005).

Aspek Keterlibatan Orangtua

Ada empat aspek keterlibatan orangtua dalam pendidikan anak, yaitu pemberian dukungan terhadap anak dalam aktivitas, pemberian tambahan bimbingan belajar, pemberian perhatian terhadap tugas sekolah dan jadwal harian, dan terlibat dalam kegiatan sekolah (Schunk, Pintrich, & Meece, 2010). Berikut penjelasan mengenai masing-masing aspek :

- a. Pemberian dukungan terhadap anak dalam aktivitas, berarti orangtua mengikutsertakan anak dalam organisasi sekolah, seperti kegiatan olahraga dan group musik
- b. Pemberian tambahan bimbingan belajar, yaitu orangtua mengikutsertakan anak dalam kursus belajar

- c. Pemberian perhatian terhadap tugas sekolah dan jadwal harian, yaitu orangtua peduli dengan tugas rumah anak, ujian, kegiatan anak, dan mengatur jadwal harian anak
- d. Terlibat dalam kegiatan sekolah, berarti orangtua berpartisipasi pada kegiatan sekolah, seperti pertemuan rutin guru dan wali murid dan ikut serta dalam acara sekolah.

Faktor yang Memengaruhi Keterlibatan Orangtua

Tiga faktor yang memengaruhi keterlibatan orangtua dalam pendidikan anak, yaitu motivational belief, perception in invitation for involvement, dan life context (Hoover-Dempsey & Sandler, 2005).

1. Motivational belief berkaitan dengan konstruksi peran dan tanggung jawab orangtua (parental role construction) yang mencakup keyakinan akan peran yang dimiliki oleh orangtua (role activity beliefs), pengalaman orangtua pada saat dulu bersekolah (valence toward school), dan adanya keyakinan yang dimiliki orangtua bahwa mereka dapat melakukan sesuatu yang terbaik untuk keberhasilan pendidikan anak (parental self-efficacy for helping the child succeed in school).
2. Perception in invitation for involvement, yaitu persepsi yang dimiliki orangtua terhadap permintaan, kesempatan, dan kondisi yang menghendaki keaktifan orangtua untuk terlibat dalam pendidikan anak. Sikap guru mengenai orangtua dan permintaan guru kepada orangtua memiliki peran yang signifikan pada keputusan orangtua untuk terlibat dalam pendidikan anak (Dauber & Epstein, dalam Hoover-Dempsey & Sandler, 2005). Kesempatan yang dimiliki orangtua juga menjadi salah satu hal penting agar orangtua dapat terlibat dalam pendidikan anak. Kesempatan yang dimaksud dilihat dari ketersediaan waktu, energi, pengetahuan, dan keterampilan yang dimiliki oleh orangtua.
3. Life Context merupakan faktor yang berkaitan dengan kemungkinan orangtua untuk terlibat dalam pendidikan anak, dilihat dari sumber-sumber yang dimiliki oleh orangtua, meliputi self perceived time dan self perceived knowledge and skills. Hasil penelitian menunjukkan keterlibatan orangtua akan menurun sebanding dengan ketersediaan waktu, pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki oleh orangtua untuk dapat membantu tugas sekolah anak (Kay, et al., dalam Hoover-Dempsey, et al, 2005).

Peran Pengasuhan Orangtua

Di kalangan peneliti sosial anak, diakui secara luas bahwa orangtua memainkan peran penting dalam kaitannya dengan psikologis anak dan perilaku kesejahteraannya. Baumrind (dalam Santrock, 2009) mengatakan bahwa terdapat empat bentuk utama gaya pengasuhan:

1. Pengasuhan otoriter (authoritarian parenting) adalah gaya membatasi dan menghukum ketika orangtua memaksa anak-anak untuk mengikuti arahan mereka dan menghormati pekerjaan serta upaya mereka. Orangtua otoriter menempatkan batas-batasan dan kontrol yang tegas terhadap pada anak dan memungkinkan sedikit pertukaran verbal. Sebagai contoh, orang tua yang otoriter mungkin berkata, "Kamu lakukan dengan cara saya atau tidak." Orang tua yang otoriter juga sering memukul anak mereka, menegakkan aturan-aturan kaku, tetapi tidak menjelaskan pada mereka, dan menunjukkan kemarahan pada anak-anak. Anak-anak dari orangtua yang otoriter sering tidak bahagia, takut, dan ingin membandingkan dirinya dengan orang lain; gagal untuk memulai aktivitas dan memiliki kemampuan komunikasi yang lemah. Anak-anak laki-laki dari orangtua yang otoriter dapat berperilaku agresif (Hart dkk, dalam Santrock, 2009).
2. Pengasuhan otoritatif (authoritative parenting). Gaya pengasuhan yang positif yang mendorong anak-anak untuk mandiri, tetapi masih menempatkan batasan dan kontrol atas tindakan mereka. Komunikasi verbal memberi dan menerima yang ekstensif diperbolehkan, dan orangtua hangat dan nurturant terhadap anak-anak. Orangtua yang otoritatif dapat memeluk anak dengan cara yang menghibur dan berkata, "Kamu tahu bahwa kamu tidak seharusnya melakukan hal tersebut. Yuk, kita ngobrol tentang gimana caranya biar kamu bisa mengatasi situasi itu dengan lebih baik lain kali." Orangtua yang otoritatif menunjukkan kegembiraan dan dukungan dalam menanggapi perilaku anak-anak yang konstruktif. Mereka juga mengharapkan perilaku dewasa, mandiri, dan sesuai umur oleh anak-anak mereka. Anak-anak yang orangtuanya otoritatif sering gembira, terkendali, dan mandiri, serta berorientasi pada prestasi; mereka cenderung memelihara hubungan yang bersahabat dengan teman sebaya, bekerja sama dengan orang dewasa, dan menangani stress dengan baik.
3. Pengasuhan lalai atau cenderung mengabaikan (neglectful parenting). Merupakan gaya pengasuhan ketika orang tua sangat tidak terlibat dalam kehidupan anak. Anak-anak yang orangtuanya lalai mengembangkan rasa bahwa aspek lain kehidupan orangtua lebih penting daripada mereka. Anak-anak tersebut cenderung tidak kompeten secara sosial. Banyak orang yang miskin dalam pengendalian diri dan kurang mandiri. Mereka sering memiliki harga diri yang rendah dan tidak matang, serta mungkin terasing dari keluarga. Pada masa remaja, mereka mungkin menunjukkan pola membolos dan kenakalan.
4. Pengasuhan permisif atau memanjakan (indulgent parenting). Merupakan gaya pengasuhan ketika orang tua sangat terlibat dengan anak-anak mereka, tetapi menempatkan beberapa tuntutan atau kontrol atas mereka. Orang tua ini membiarkan anak-anak mereka melakukan apa yang mereka inginkan. Hasilnya adalah bahwa anak-anak tidak pernah belajar untuk mengendalikan perilaku mereka sendiri dan selalu mengharapkan untuk mendapatkan keinginan mereka. Beberapa orang tua sengaja membesarkan anak-anak mereka dengan cara ini karena mereka percaya kombinasi dan keterlibatan hangat dan beberapa batasan

akan menghasilkan anak yang kreatif dan percaya diri. Namun anak-anak yang orangtuanya permisif jarang belajar untuk menghormati oranglain dan mengalami kesulitan mengendalikan perilaku mereka. Mereka mungkin mendominasi, egosentris, patuh dan kesulitan dalam hubungan teman sebaya.

Meskipun demikian, para peneliti menemukan bahwa beberapa kelompok etnis, aspek-aspek gaya pengasuhan otoriter diasosiasikan dengan hasil yang lebih positif bila dibandingkan apa yang diprediksikan Baumrind. Elemen-elemen gaya pengasuhan otoriter mungkin memiliki arti yang berbeda dan memiliki pengaruh yang berbeda tergantung pada konteksnya (Santrock, 2009).

Bimbingan Belajar

Bimbingan belajar adalah bantuan yang diberikan kepada siswa untuk membantu siswa mencapai kemampuan dalam keterampilan dasar, serta meningkatkan keterampilan. Bimbingan belajar pada umumnya membantu siswa dalam pekerjaan rumah, memberikan instruksi dan mendorong kebiasaan belajar yang baik (Powell, 1997). Menurut Vygotsky's (dalam Santrock, 2009) mengatakan bahwa untuk anak yang mengalami kesulitan belajar atau terlalu cepat dalam belajar, mereka mengalami kesulitan untuk tampil sendiri. Siswa membutuhkan bimbingan dari asisten, yaitu orang yang lebih dewasa atau yang memiliki keterampilan lebih dari mereka. Anak yang terlalu cepat dalam belajar, yaitu keadaan anak yang memiliki bakat akademik yang cukup tinggi atau memiliki IQ 130 atau lebih, sehingga memerlukan tugas-tugas khusus untuk memenuhi kebutuhan dan kemampuan belajarnya yang amat tinggi. Anak lainnya yang juga membutuhkan tambahan bimbingan khusus yaitu anak yang mengalami kesulitan belajar, misalnya anak yang memiliki gaya belajar yang berbeda dengan gaya pengajaran guru di kelas, anak yang memiliki bakat akademik yang kurang memadai, anak yang kurang motivasi dalam belajar, atau suka menunda belajar.

Menurut Slavin (2009) banyak cara untuk mengakomodasi siswa yang memiliki perbedaan kemampuan belajar. Seperti contoh dengan cara guru mengajar sesuai dengan gaya belajar siswa, memberi program belajar secara mandiri (individu) atau membentuk kelompok siswa yang memiliki level permasalahan belajar yang hampir sama (guru memberikan tambahan waktu khusus untuk membantu menyelesaikan permasalahan belajar siswa). Menurut Topping & Ehly (dalam Slavin, 2009) Program bimbingan belajar lintas umur (tutoring program cross-age) dapat direkomendasikan sebagai tutor untuk membantu siswa belajar. Usia tutor dapat dipilih dari teman sebaya, lebih senior atau yang usianya lebih muda dari siswa. Bimbingan dari teman sebaya dapat lebih mudah diatur dan juga sangat efektif (e.g., King, Simmons, Fuchs, Fuchs, Mathes, & Hodge, dalam Slavin 2009). Sebagai tambahan, strategi bimbingan belajar memiliki hasil lebih baik dari pada program training (Fuchs, Fuchs, Bentz, Phillips, Hamlett, Merrill, Reiser, Merrill, & Landes, dalam Slavin 2009). Melibatkan orang tua untuk mendukung program bimbingan belajar dapat meningkatkan efektivitas belajar siswa atau meningkatkan prestasi siswa (Fantuzzo, Davis, & Ginsburg, dalam Slavin, 2009).

Dinamika Perkembangan Anak SD kelas 5

Piaget (dalam Santrock, 2011) mengemukakan bahwa tahap operasional konkret akan berlangsung sekitar usia 7-10 tahun. Anak SD kelas 5 usianya sekitar 10 atau 11 tahun. Pada tahapan ini, anak dapat melakukan tindakan konkret dan mereka mampu berpikir secara logis selama mereka dapat menerapkan penalaran mereka pada contoh yang konkret dan spesifik. Vygostky (dalam Santrock, 2011) berpendapat bahwa pada masa operasional konkret, anak membangun pengetahuannya tentang dunia, pentingnya interaksi sosial, konteks sosial dari pembelajaran, penggunaan bahasa oleh anak usia dini.

Berikut beberapa gagasan yang ada dalam teori Piaget yang dapat diterapkan untuk mengajar anak-anak (Elkind dan Heuwinkel, dalam Santrock, 2011) :

1. Mengambil pendekatan konstruktivis. Piaget menekankan bahwa anak dapat belajar dengan baik saat mereka aktif dan mencari solusinya sendiri. Piaget menentang metode pembelajaran ketika anak diperlakukan sebagai penerima atau pasif. Anak dapat belajar dengan baik disemua mata pelajaran jika mereka melakukan penemuan, memikirkan mengenai penemuan tersebut, dan mendiskusikannya daripada meniru guru, atau mengerjakan sesuai hafalan yang tidak membutuhkan daya pikir.
2. Memfasilitasi, tidak hanya sekedar belajar secara langsung. Guru sebaiknya merancang pola pembelajaran yang memperbolehkan siswa data belajar sambil melakukan. Situasi tersebut mendukung cara berfikir anak untuk dapat menemukan. Jangan hanya sekedar menilai siswa atau produk yang dihasilkan siswa. Guru harus benar-benar mengobservasi perkembangan mereka, tanyakan sesuatu yang relevan untuk menstimulasi daya pikir siswa dan meminta mereka untuk menjelaskan jawaban yang mereka berikan.
3. Mempertimbangkan pengetahuan dan tingkat daya pikir anak. Siswa masuk kelas tidak dengan pikiran kosong. Mereka memiliki banyak gagasan dan konsep yang tidak sama seperti yang dimiliki oleh orang dewasa, sehingga guru harus mampu menginterpretasikan apa yang dimaksud oleh siswa dan mampu memberikan tanggapan sesuai dengan tingkat pemahaman siswa, untuk membantu siswa meningkatkan pemahamannya.
4. Menggunakan penilaian yang berkesinambungan. Pembangunan makna yang terjadi pada setiap individu tidak dapat diukur dengan tes standart. Untuk mengevaluasi perkembangan yang terjadi, guru dapat menggunakan serangkaian penilaian dari penjelasan siswa secara verbal dan tulisan dari penalaran mereka.
5. Meningkatkan kesehatan intelektual siswa. Pembelajaran anak harus berjalan secara alami. Anak-anak seharusnya tidak dipaksa dan ditekan untuk belajar berlebihan terlalu dini, sebelum mereka benar-benar siap.
6. Mengubah kelas menjadi ruang lingkup eksplorasi dan penemuan. Guru harus mengobservasi terhadap partisipasi serta minat alami siswa dalam kegiatan, hal

ini untuk menentukan jenis pembelajaran yang akan diberikan. Misalnya pelajaran matematika dapat dibuat dalam bentuk perhitungan jumlah uang makan siang siswa yang ada dalam kelas tersebut. Hal ini dapat memberikan kontribusi untuk meningkatkan daya pikir mereka.

3. Psychological Wellbeing siswa SD kelas 5 yang diikutkan banyak bimbingan belajar

Berdasarkan kajian ilmiah terhadap konsep well-being, keterlibatan orangtua, gaya pengasuhan, dan konsep bimbingan belajar serta kondisi perkembangan siswa. Menurut Piaget, pembelajaran yang tidak sesuai dengan perkembangan kognitif anak memiliki konsekuensi negatif bagi perkembangan aspek psikologis lainnya. Kegiatan bimbingan belajar yang diikuti oleh siswa merupakan aktifitas kognitif yang harus ditelusuri tentang proses pembelajarannya, apakah siswa hanya menerima, menghafal dan pasif, ataukah siswa terlibat dalam pembelajaran yang dapat memenuhi perkembangan kognitif dan psikologisnya.

Peneliti hendak memberikan gagasan ilmiah tentang siswa yang diikutkan banyak bimbingan belajar. Tidak hanya kognitif siswa yang perlu diperhatikan perkembangannya, perkembangan psikologis siswa dalam hal ini Psychological well-being siswa juga perlu diperhatikan. Pertama, orangtua dapat berevaluasi tentang gaya pengasuhan dan keterlibatannya terhadap pendidikan anak. Gaya pengasuhan yang baik sesuai konteks jaman sekarang adalah otoritatif (authoritative parenting), yaitu gaya pengasuhan yang positif yang mendorong anak-anak untuk mandiri, tetapi masih menempatkan batasan dan kontrol atas tindakan mereka. Orangtua tak perlu menuntut anak berlebihan diluar kemampuannya. Orangtua harus terlibat untuk mendukung pendidikan anak, memperhatikan perkembangan belajarnya, bekerjasama dengan guru disekolah, dan memberikan fasilitas belajar sesuai kebutuhannya. Apabila membutuhkan bantuan guru tambahan untuk membimbing siswa belajar diluar jam sekolah atau mendaftarkan siswa mengikuti kegiatan bimbingan belajar, hendaknya lebih proporsional dalam memberikannya. Kedua, memperhatikan perkembangan mentalnya, yaitu memperhatikan kesehatan mentalnya dalam penerimaan diri secara positif, perkembangan kemampuan interaksi dengan sosialnya, perkembangan kemandiriannya, kepemilikan tujuan belajarnya, kemampuan penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan pribadinya.

KESIMPULAN

Orangtua dan guru selain memperhatikan perkembangan kognitif siswa, juga perlu memperhatikan perkembangan psikologi siswa, dalam hal ini adalah Psychological well-being siswa. Mengikutkan bimbingan belajar adalah langkah baik untuk memberikan fasilitas pada siswa dalam mengisi waktu luang dan menyelesaikan kesulitan belajarnya, namun jangan sampai banyaknya bimbingan belajar yang diikuti oleh siswa (kegiatan kognitif) justru membuat siswa tertekan dan merusak struktur kognitifnya. Siswa harus diberi ruang untuk bermain, mengembangkan hobi yang positif, mengembangkan kemampuan bahasa dan interaksi sosialnya serta pengembangan diri lainnya. Bukan berkuat hanya menyelesaikan ratusan soal yang ada diteks buku atau sekedar hafalan.

Aktifitas kognitif harus diimbangi dengan aktifitas fisik khususnya yang menambah nilai kebugaran bagi siswa. hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Breslin, (2017) bahwa aktivitas fisik dapat meningkatkan well-being siswa, ditambah dengan dukungan keluarga, teman dan sekolah

Daftar Pustaka

- _____. UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 20 TAHUN 2003 TENTANG SISTEM PENDIDIKAN NASIONAL. Retrieved from http://kelembagaan.ristekdikti.go.id/wp.content/uploads/2016/08/UU_no_20_t_h_2003.pdf
- Breslin, G., Fitzpatrick, B., Brennan, D., Shannon, S., Rafferty, R., O'Brien, W., Belton, S., Chambers, F., Haughey, T., McCullagh, D., Gormley, R., Hanna, D. (2017). Physical activity and wellbeing of 8–9 year old children from social disadvantage: An all-Ireland approach to health. *Mental Health and Physical Activity*
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Christopher, J.C. (1999). Situating Psychological Wellbeing: Exploring the culture roots of its theory and research. *Journal Of Counseling & Development*, Vol.77, 141-152.
- Ferrara, M. M., & Ferrara, P.J. (2005). Parents as partners: Raising awareness as a teacher preparation program. *The Clearing House*, 79(2), 78-82.
- Hoover-Dempsey, K. V. & Sandler, H. M. (2005). *The Social Context of Parents Involvement: A path to enhanced achievement*. United States: Department of Education.
- Hoover-Dempsey, K. V., Walker, J. M. T., Sandler, H. M., Whetsel, D. R., Green, C. L., Wilkins, A. S., & Clossen, K. (2005). Why do parents become involved? *Elementary School Journal*, 106(2), 85-104
- Karibayeva, A., & Bogar, Y. (2014). To what extent does parents' involvement in middle school influence children's educational progress? *Procedia Social and Behavioral Science*, 152, 529-533.
- Khajehpour, M., & Ghazvini, S. D. (2011). The role of parental involvement affect in children's academic performance. *Procedia Social and Behavioral Science*, 15, 1204-1208.
- Powell, A. (1997). *Academic Tutoring and Mentoring: A Literature Review*. California: California Research Bureau, 8.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*

- Ryff, C. D, & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Wellbeing revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Santrock, J. W. (2009). *Educational Psychology*. Fourth Edition. USA: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Santrock, J. W. (2011). *Masa Perkembangan Anak*. Edisi 11. Jakarta: Salemba Humanika.
- Schmutte, P.S., & Ryff, C.D. (1997). Personality and Well-Being: Reexamining Methods and Meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 73. No. 3, 549-559
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2010). *Motivation in education: Theory, research, and application* (3rd ed.). New Jersey: Pearson Education Inc.
- Slavin, R., E. (2009). *Educational Psychology – Theory and Practice*. 9th ed. USA: Kevin M. Davis
- Topor, D. R., Keane, S.P., Shelton, T.L., & Calkins, S. D. (2010). Parent involvement and student academic performance: A multiple meditational analysis. *J Prev Interv Community*, 38 (3), 183-197.