

**PROFIL KEBAHAGIAAN SISWA BERPRESTASI DI MADRASAH
TSANAWIYAH NEGERI (MTSN)**

Ikhwanul Hasan¹, Nurfarhanah², Yarmis Syukur³, Frischa Meivilona Yendi⁴
^{1,2,3,4} BK FIP Universitas Negeri Padang

Alamat e-mail : 1ikhwanulhasan103@gmail.com, 2nurfarhanah@fip.unp.ac.id,
3yarmissyukur@yahoo.co.id, 4frischa@fip.unp.ac.id

ABSTRACT

Happiness is a crucial aspect of student psychological development, particularly for high-achieving students who often experience increased pressure in academic activities. This study aims to describe the happiness profile of high-achieving students at a State Islamic Junior High School (MTsN). The research approach used was descriptive qualitative, with data collection techniques including in-depth interviews, observation, and documentation. This study also employed data triangulation, as the data were gathered from diverse, mutually reinforcing sources: the guidance counselor, parents, the principal, peers, and the homeroom teacher. The subjects were three high-achieving students selected based on academic and non-academic achievement criteria. The results indicate that high-achieving students at MTsN generally have high levels of happiness, influenced by social support from family, teachers, peers, and personal achievements recognized by the school environment. This study recommends a holistic approach to supporting high-achieving students to maintain emotional, social, academic, and non-academic balance.

Keywords: happiness, high-achieving students, MTsN, psychological well-being

ABSTRAK

Kebahagiaan merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan psikologis siswa, terutama bagi siswa berprestasi yang sering kali mengalami tekanan lebih tinggi dalam kegiatan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan profil kebahagiaan siswa berprestasi di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN). Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi. Penelitian ini juga menggunakan teknik triangulasi data karena data-data yang diperoleh didapatkan dari sumber-sumber data yang berlainan yang saling memberi penguatan yaitu dari Guru BK, orangtua, kepala sekolah, teman sebaya dan wali kelas. Subjek penelitian ini adalah 3 orang siswa berprestasi yang dipilih berdasarkan kriteria prestasi akademik dan non akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa berprestasi di MTsN umumnya memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi yang dipengaruhi oleh dukungan sosial dari keluarga, guru, teman sebaya serta pencapaian

personal yang diakui oleh lingkungan sekolah. Studi ini merekomendasikan adanya pendekatan holistik dalam mendukung siswa berprestasi agar tetap seimbang secara emosional, sosial, akademik dan non-akademik.

Kata Kunci: kebahagiaan, siswa berprestasi, madrasah tsanawiyah, kesejahteraan psikologis

A. Pendahuluan

Kebahagiaan dalam konteks pendidikan bukan hanya sekedar pencapaian akademik dan non-akademik, tetapi juga mencakup kesejahteraan psikologis dan sosial siswa. Di lingkungan Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN), siswa berprestasi seringkali menjadi pusat perhatian karena pencapaian mereka. Namun, keberhasilan akademik belum tentu sejalan dengan tingkat kebahagiaan mereka. Banyak penelitian sebelumnya menyoroti tekanan yang dialami oleh siswa berprestasi, namun sedikit yang fokus pada aspek kebahagiaan mereka, terutama dalam konteks Madrasah. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengungkap sejauh mana siswa berprestasi merasa bahagia dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhinya.

Kebahagiaan adalah luapan perasaan positif yang dirasakan secara mental yang datang dari lubuk hati pada setiap manusia akan sebuah kesejahteraan, nyaman dan kepuasan hati dari tujuan yang dicapainya (Puspita Dewi, 2014). Kebahagiaan adalah salah satu tujuan hidup yang ingin diraih oleh setiap manusia di dalam kehidupannya (Aprilianti, 2020). Tujuan hidup manusia adalah untuk

mencapai kebahagiaan, sedangkan tujuan akhir manusia adalah tercapainya kebahagiaan puncak, yaitu bertemunya manusia dengan Allah di kehidupan akhirat kelak (Rusdiana, 2017). Kebahagiaan adalah tujuan akhir dari segala aktivitas, segala daya upaya, segala pergumulan dan perjuangan dalam hidup ini (Setiadi, 2016).

Kebahagiaan itu terdiri dari tiga komponen yaitu emosi positif, keterlibatan dan makna. Aspek- aspek kebahagiaan dibagi menjadi tiga yaitu: (1) kehidupan yang menyenangkan (*pleasant life*). Kehidupan yang menyenangkan (*pleasant life*) adalah individu yang memiliki pengalaman menyenangkan yang tinggi, rendahnya pengalaman yang tidak menyenangkan dan memiliki kemampuan untuk meningkatkan kebahagiaan di masa depan, (2) kehidupan yang bermakna (*meaningful life*). Kehidupan yang bermakna (*meaningful life*) adalah individu memperoleh makna dalam hidup ketika hidup yang dijalani dijadikan pengalaman yang memiliki tujuan, berarti dan dapat diperoleh dengan terlibat secara aktif dan membangun hubungan positif dengan orang lain, (3) keterlibatan diri (*engaged life*). Keterlibatan diri (*engaged life*) adalah mengacu pada

kondisi dimana individu melibatkan seluruh aspek dalam diri (fisik, kognitif, dan emosional) untuk turut serta dalam aktivitas yang dilakukan (Seligman, 2004).

Berkaitan dengan konsep (Seligman et al., 2006) tentang *positive pschotherapy* sebagai terapi yang terfokus pada upaya membentuk emosi positif, kekuatan karakter, dan kebermaknaan dengan cara membangun hidup yang menyenangkan (*pleasant life*), hidup yang mengikat pada aktivitas (*enganged life*), dan hidup yang bermakna (*persuit of meaning*) untuk mengatasi gangguan klinis maupun hal-hal negatif. Maka pelaksanaan terapi positif secara praktis dapat dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mengembangkan *pleasant life* (hidup yang menyenangkan)

Menyiapkan individu untuk mampu menerima segala peristiwa yang terjadi dalam hidupnya baik peristiwa yang buruk maupun peristiwa yang menyenangkan. Individu yang memiliki *pleasant life* yang tinggi akan cenderung merasa puas terhadap masa lalunya sehingga ia akan cenderung lebih mudah memaafkan kegagalan dirinya sendiri maupun kesalahan yang dilakukan orang lain terhadap dirinya. Hal ini berpengaruh pula pada kepuasan hidup yang tengah dijalaninya saat ini, dimana ia akan cenderung merasakan ketentraman dalam hidupnya sehingga individu tersebut cenderung memiliki sikap yang

positif dan optimis terhadap masa depannya (Nurfarhanah, 2018).

2. Mengarahkan *engaged life* (hidup yang terikat pada kesibukan)

Mengarahkan individu agar dapat hidup terikat dengan berbagai aktifitas yang berkaitan dengan aspek intrapersonal maupun interpersonal individu tersebut. Individu yang memiliki *engaged life* tinggi cenderung menyibukkan dirinya untuk mengenali dan mengembangkan potensi dirinya sekaligus berusaha menjalin hubungan interpersonal dengan lingkungan sosial secara aktif (Nurfarhanah, 2018).

3. Membimbing *persuit of meaning* (hidup yang bermakna)

Aktivitas untuk membimbing individu mampu memahami seluruh hal yang terjadi pada dirinya dengan cara terfokus menyikapi berbagai masalah yang ada dalam dirinya secara positif. Hal ini akan berdampak pada kemampuan individu tersebut membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi secara mandiri tanpa ketergantungan orang lain maupun membantu orang lain untuk memecahkan masalahnya (Nurfarhanah, 2018).

Kebahagiaan juga dipengaruhi oleh dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal (Seligman, 2004). Faktor internal kebahagiaan, meliputi: kepuasan akan masa lalu, optimis akan masa depan, kebahagiaan pada masa sekarang. Sedangkan faktor eksternalnya meliputi: uang, perkawinan, kehidupan sosial, emosi

negatif, usia, kesehatan, pendidikan, iklim, ras dan jenis kelamin serta agama. Kemudian beberapa faktor yang membuat individu merasa bahagia (Pratiwi et al., 2017), yaitu: (1) usia, usia dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang karena dengan bertambahnya usia, seseorang mengalami perubahan dalam aspek fisik, psikologis dan sosial, (2) jenis kelamin, jenis kelamin dapat mempengaruhi seseorang karena terdapat perbedaan dalam pengalaman hidup dan kondisi sosial yang dialami oleh laki-laki dan perempuan, (3) budaya, budaya dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang karena budaya ini mempengaruhi pandangan hidup, nilai, norma dan harapan yang dimiliki oleh individu atau kelompok masyarakat, (4) kepribadian, kepribadian dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang karena kepribadian merupakan suatu pola perilaku, pikiran dan emosi yang menentukan bagaimana seseorang berinteraksi dengan dunia, (5) jaringan sosial, jaringan sosial juga dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang karena individu yang memiliki kebahagiaan tinggi biasanya memiliki kemudahan dalam melakukan hubungan sosial, baik dalam lingkungan baru maupun lingkungan yang lama, (6) status sosial, status sosial dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang karena orang yang memiliki status sosial yang lebih tinggi memiliki akses lebih baik terhadap sumber daya dan

kesempatan, seperti pendidikan, pekerjaan yang baik, lingkungan yang aman dan sehat, serta akses terhadap layanan kesehatan dan kebutuhan hidup lainnya, (7) kepuasan hidup, kepuasan hidup dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang karena kepuasan hidup yang tinggi seringkali dikaitkan dengan adanya rasa kontrol dan kemandirian terhadap hidupnya.

Untuk mencapai kebahagiaan itu yaitu dengan cara bersyukur, memaafkan dan meloloskan diri dari permasalahan demi meningkatkan emosi positif tentang masa lalu, belajar tentang harapan dan optimis lewat penentangan demi menambah emosi positif tentang masa depan dan penghentian habituasi, serta ketelitian untuk menambah kenikmatan di masa sekarang (Seligman et al., 2005). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebahagiaan siswa berprestasi serta perilaku siswa berprestasi.

Penelitian ini dilaksanakan di MTsN 4 Agam. Sekolah ini banyak memiliki prestasi yang diraih oleh siswa-siswanya. Prestasi akademik yang diraih oleh siswa MTsN 4 Agam belum ada tetapi siswa MTsN 4 Agam selalu mengikuti lomba-lomba di bidang akademik salah satu lombanya yaitu Kompetensi Sains Madrasah (KSM). Prestasi non akademik yang diraih oleh siswa MTsN ini yaitu: Danton Terbaik Lomba Kreasi Baris berbaris di MAN 5 Agam Tingkat SMP/MTs Se-Kabupaten Agam, Juara 1 Lomba Pidato Tingkat

SMP/MTs, Piagam Penghargaan Kegiatan Perkemahan Hari Pramuka (MAHAPRAJA LKTPS 3) di Bumi Perkemahan Objek Wisata Pantai Bandar Mutiara Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, Kemah Pramuka Madrasah Nasional (KPMN) di Bumi Perkemahan dan Graha Wisata Cibubur DKI Jakarta, Juara 2 Lomba Solo Song Putra Tingkat SMP/MTs Se-Kabupaten Agam di MAN 1 Agam, Juara 3 Lomba Solo Song Putra Tingkat SMP. MTs. Juara 3 Lomba Solo Song Putri Tingkat SMP/MTs Se-Kabupaten Agam di MAN 4 Agam, Harapan 2 Lomba Solo Song Tingkat SMP/MTs Se- Kabupaten Agam di Kementerian Agama Kabupaten Agam, Harapan 2 Lomba Solo Song Tingkat SMP/MTs Se-Kabupaten Agam di MAN 3 Agam, Juara 2 Lomba Solo Song Islami Putri Tingkat SMP/MTs Se-Kabupaten Agam di SMP Negeri 3 Lubuk Basung, Juara 2 Lomba Fashion Show Tingkat Remaja di Kementerian Agama Kabupaten Agam, Juara 1 Lomba Peraturan Baris berbaris (PBB) Tingkat SMP/MTs Se- Kabupaten Agam di MAN 1 Agam, Juara 3 Lomba Peraturan Baris berbaris (PBB) Tingkat SMP/MTs Se- Kabupaten Agam di MAN 5 Agam, Juara 3 Futsal Tingkat SMP/MTs Se- Kabupaten Agam di MAN 5 Agam. Berdasarkan data tersebut maka penulis memilih responden yang mendapatkan prestasi akademik dan non akademik yang mana responden meraih juara di kelas dan juga meraih juara lomba peraturan baris berbaris

serta juara lomba pidato.

Dapat disimpulkan bahwasanya kebahagiaan adalah seseorang yang meluapkan perasaan positif yang dirasakan secara mental yang mana datang dari lubuk hatinya dengan tujuan untuk mencapai kebahagiaan puncak.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan studi kasus dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui profil kebahagiaan siswa berprestasi di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN). Penelitian ini dilakukan terhadap 3 orang *key informan* dan 5 orang informan tambahan. *Key informan* penulis merupakan subjek yang mengemukakan data-data yang dibutuhkan oleh peneliti, sedangkan informan tambahan merupakan subjek untuk menunjang atau memperkuat data yang telah didapatkan sebelumnya melalui *key informan*. Penelitian ini dilaksanakan melalui kegiatan wawancara langsung yang dilakukan terhadap *key informan* penelitian ini.

Adapun dalam proses penelitian ini, peneliti menggunakan pedoman wawancara yang penulis buat sendiri berdasarkan aspek- aspek kebahagiaan dari (Seligman, 2004), yang mana aspek-aspek kebahagiaan tersebut yaitu: Data yang dianalisis dengan analisis kualitatif melalui *query analisis* (Gao & Liu, 2017) dan triangulasi (Flick, 2007). Pedoman wawancara tersebut disusun menjadi



Gambar 3. Keterlibatan diri (*engaged life*)

Kemudian pada gambar 3. Menunjukkan beberapa perilaku yang dilakukan oleh responden berdasarkan dengan aspek kebahagiaan menurut (Seligman,

2004) yaitu keterlibatan diri (*engaged life*). Ketiga responden memiliki keterlibatan diri yang mana ketiga responden tersebut terlibat di dalam lingkungan sosial yakni lingkungan sekolah dan lingkungan rumah yang a responden ikut terlibat aktif didalam kegiatan gotong royong di ungan sekolah dan kegiatan asyarakatan di lingkungan rumah.

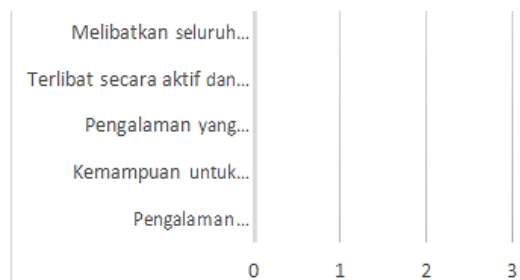
Lebih lanjut hasil analisis riptif data penelitian tentang kebahagiaan siswa berprestasi Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) dipaparkan pada tabel 1.

Tabel 1. <Triangulasi Profil Kebahagiaan Siswa Beprestasi di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN)>

No.	Sub-variabel		BL	LNA	SAK
1	Kehidupan yang menyenangkan (<i>pleasant life</i>)	1. Pengalaman Menyenangkan 2. Kemampuan untuk meningkatkan kebahagiaan	√ √	√ √	√ √
2	Kehidupan yang bermakna (<i>meaningful life</i>)	1. Pengalaman yang memiliki tujuan 2. Terlibat secara aktif dan membangun	√ √	√ √	√ √
3	Keterlibatan diri (<i>engaged life</i>)	1. Melibatkan seluruh aspek dalam diri (fisik, kognitif dan emosional)	√	√	√

Berdasarkan tabel tersebut, profil kebahagiaan siswa berprestasi di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) yang respondennya 3 orang dinyatakan keseluruhan responden memiliki kebahagiaan yang sesuai dengan aspek-aspek kebahagiaan (Seligman, 2004). Ketiga responden memiliki pengalaman menyenangkan, kemampuan untuk meningkatkan kebahagiaan, pengalaman yang memiliki tujuan, terlibat secara aktif dan

membangun serta melibatkan seluruh aspek dalam diri baik itu fisik, kognitif dan emosiona.



Gambar 4. <Triangulasi Profil Kebahagiaan Siswa Beprestasi di

Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN)>
Data menunjukkan semua responden memiliki semua indikator dari aspek-aspek kebahagiaan. Sehingga responden memiliki kebahagiaan di dalam hidupnya.

E. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah peneliti lakukan tentang profil kebahagiaan siswa berprestasi di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN), kebahagiaan siswa berprestasi di MTsN 4 Agam tergolong tinggi, hal itu di dukung oleh dorongan orangtua dan lingkungannya dan juga sesuai dengan aspek-aspek kebahagiaan yang dinyatakan oleh (Seligman, 2004). Hasil ini berdasarkan pernyataan responden yang telah dipaparkan pada tema 1, tema 2 dan tema 3. Diperlukan penelitian lanjutan dan layanan bimbingan dan konseling untuk mempertahankan kebahagiaan siswa berprestasi tersebut untuk meraih prestasi-prestasi akademik dan non-akademik yang lainnya.

Daftar Pustaka

- Aprilianti, A. F. (2020). Konsep kebahagiaan perspektif psikologi dan Al-Qur'an. *Dar El- Ilmi: Jurnal Studi Keagamaan, Pendidikan Dan Humaniora*, 7(2), 82–100.
- Bazeley, P., & Richards, L. (2000). *The NVivo qualitative project book*. Sage.
- Flick, U. (2007). *Triangulation of qualitative and quantitative research. Managing Quality in Qualitative Research*, 92–107.
- Gao, Y., & Liu, Q. (2017). *Preference query analysis and optimization*. Springer.
- Nurfarhanah, N. (2018). Membangun Karakter dengan Terapi Positif. *Seminar Konseling 2017*.
- Pratiwi, W. I., Rachmawati, S., & Puspitasari, D. N. (2017). *Psychology for daily life. Jakarta: Rajawali Pers*.
- Puspita Dewi, E. M. (2014). Konsep kebahagiaan pada remaja yang tinggal di jalanan, panti asuhan dan pesantren. *Intuisi Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 28–33.
- Rusdiana, I. (2017). Konsep authentic happiness pada remaja dalam perspektif teori myers. *Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, 2(1), 37–44.
- Seligman, M. E. P. (2004). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.
- Seligman, M. E. P., Nukman, E. Y., Prabantoro, A., & Baiquni, A. (2005). *Authentic happiness: Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif*. Mizan.
- Seligman, M. E. P., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, 61(8), 774.
- Setiadi, I. (2016). *Psikologi positif: Pendekatan saintifik menuju kebahagiaan*. Gramedia Pustaka

Utama.