

---

## ANALISIS DIMENSI *SCHOOL WELL-BEING* (*HAVING, LOVING, BEING, DAN HEALTH*) PADA BUKU REKOMENDASI SMP KELAS VIII *AKU TERBATAS TAPI TANPA BATAS* KARYA JOKO SULISTYA

Methatya Suci Andriyanto<sup>1\*</sup>, Stella Talitha<sup>2</sup>, Uskitya Eryanti<sup>3</sup>  
Pendidikan Profesi Guru (PPG) Prajabatan – FKIP Universitas Pakuan

---

### Info Artikel

#### Sejarah Artikel:

Diterima 12/9/2024

Disetujui 3/10/2024

Dipublikasikan 25/10/2024

#### Kata kunci:

Kesejahteraan siswa, Dimensi *school well-being*, Buku Motivasi

#### Keywords:

*Student welfare, Dimensions of school well-being, Motivational Book*

### ABSTRAK

Kesejahteraan siswa telah menjadi perhatian utama dalam dunia pendidikan. Dimensi *school well-being* sangat dibutuhkan dalam membangun lingkungan sekolah yang damai karena pendidikan adalah salah satu sarana utama yang diperlukan dalam mengembangkan kehidupan yang harmoni dan damai. Penelitian ini menganalisis dimensi *school well-being* (*having, loving, being, dan health*) dalam buku "Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas". Implikasi penelitiannya dapat digunakan oleh guru ataupun siswa dalam mengidentifikasi dimensi *sc*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif deskriptif, dengan teknik pengumpulan data dokumentasi dan baca catat. Berdasarkan analisis dari 31 data, dimensi *being* dan *loving* merupakan data terbanyak dengan persentase 35 % dan 32 %. Manfaat penelitian ini menjangkau berbagai aspek, salah satunya dapat memberikan wawasan berharga bagi pendidik, konselor, dan pembuat kebijakan dalam merancang strategi dan dukungan yang lebih efektif untuk siswa. Penelitian ini menyarankan agar buku ini diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah sebagai sumber inspirasi dan kesejahteraan bagi *school well-being* siswa.

### ABSTRACT

*Student welfare has become a major concern in the world of education. The dimension of school well-being is really needed in building a peaceful school environment because education is one of the main tools needed to develop a harmonious and peaceful life. This research analyzes the dimensions of school well-being (having, loving, being, and health) in the motivational book "I'm Limited But Without Limits" with the aim of identifying the book's potential in supporting student development. The method used in this research is a descriptive qualitative method, with documentation and note-taking data collection techniques. Based on the analysis of 31 data, the dimensions of being and loving became the most data with a percentage of 35% and 32%. The benefits of this research span various aspects, one of which can provide valuable insights for educators, counselors, and policy makers in designing more effective strategies and supports for students. This research suggests that this book be integrated into the school curriculum as a source of inspiration and welfare for students' school well-being.*



© 2024 Universitas Sebelas April – Sumedang

---

#### \*Corresponding Author:

Methatya Suci Andriyanto,  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Pakuan,  
Jalan Pakuan Nomor 1 Bogor,  
Email: [mthtytc@gmail.com](mailto:mthtytc@gmail.com)

## 1. PENDAHULUAN

Sekolah memiliki peran yang penting terhadap perkembangan remaja dan lingkungan sekolah sangat berperan terhadap kenyamanan siswa di sekolah. Proses belajar siswa di sekolah menentukan keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan. Dalam literatur terbaru, ada empat pendekatan yang dapat diidentifikasi dari program-program untuk mendukung pertumbuhan siswa serta memberikan mereka pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan. Salah satunya adalah kesejahteraan siswa (*school well-being*). Kesejahteraan siswa telah menjadi perhatian utama dalam dunia pendidikan. Konsep ini tidak hanya sekedar mewedahi prestasi akademik siswa saja, melainkan mencakup aspek holistik yaitu perkembangan siswa seperti kesejahteraan fisik, emosional, sosial, dan psikologis. Empat dimensi pada *school well-being* yaitu *having* (mempunyai), *loving* (mencintai), *being* (menjadi), dan *health* (kesehatan) memberikan kerangka kerja komprehensif untuk memahami kesejahteraan siswa secara menyeluruh.

Salah satu cara untuk memahami bagaimana konsep *school well-being* ini terwujud dalam kehidupan nyata adalah dengan menganalisis teks-teks nonfiksi yang dikemas dalam sebuah buku motivasi. Saat ini, cerita-cerita motivasi seringkali menyajikan potret kehidupan yang autentik dan relevan dengan pengalaman masa kini. Salah satunya buku motivasi karya Joko Sulistya yang dijadikan sebagai Buku Rekomendasi untuk Siswa SMP kelas VIII.

Buku *Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas* karya Joko Sulistya merupakan salah satu buku nonfiksi remaja yang menarik dianalisis menggunakan kerangka teori *school well-being*. Buku ini menceritakan kisah seorang remaja yang menghadapi berbagai tantangan hidupnya, namun tetap berusaha untuk meraih cita-cita. Melalui kisah tokoh utama, buku ini menyajikan sebuah narasi yang menginspirasi tentang bagaimana seorang remaja berjuang untuk menemukan makna hidup, membangun hubungan sosial yang positif, mengembangkan identitas diri, serta menjaga keseimbangan antara kehidupan akademik dan pribadi. Buku ini tidak hanya menyoroti perjuangan pribadi tetapi juga interaksi sosial dan dukungan yang diterimanya selama menempuh pendidikan di bangku SMP.

Dalam konteks pendidikan saat ini, persaingan semakin ketat dan tuntutan akademik semakin tinggi. Penting bagi siswa untuk memiliki motivasi yang kuat dan kesejahteraan yang baik. Motivasi yang berasal dari dalam diri, seperti yang digambarkan pada buku karya Joko Sulistya dapat menjadi pendorong bagi siswa untuk terus belajar dan berkembang. Dengan demikian, buku motivasi tersebut dapat menjadi sumber data dalam menganalisis elemen-elemen *school well-being* yang tercermin dalam kehidupan penulisnya, terutama dalam konteks pendidikan.

Berdasarkan temuan di atas, penulis tertarik mengkaji cerita inspiratif yang dikemas menjadi sebuah buku motivasi. Buku tersebut dapat merepresentasikan konsep-konsep seperti memiliki tujuan hidup, membangun hubungan sosial, mengembangkan identitas diri, dan menjaga kesehatan fisik serta mental dalam konteks kehidupan remaja di sekolah. Dengan demikian, penulis memilih judul “Analisis

Dimensi *School Well-Being* (*having, loving, being, dan health*) pada Buku Rekomendasi SMP Kelas VIII *Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas* Karya Joko Sulistya”.

### 1.1. Buku Nonfiksi

Buku nonfiksi adalah jenis karya tulis yang didasarkan pada fakta, data, dan informasi yang dapat diverifikasi. Menurut Hartuti (2020:8) buku nonfiksi merupakan karangan yang dibuat berdasarkan fakta atau hal yang benar-benar terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Hartuti (2020:8) juga menjelaskan bahwa jenis-jenis buku nonfiksi terbagi menjadi 4, yaitu sebagai berikut.

#### 1) Buku Biografi

Buku biografi adalah buku yang berisi riwayat hidup seseorang. Buku itu ditulis untuk mendokumentasikan peristiwa penting yang dialami seseorang. Buku biografi ditulis agar dapat menginspirasi pembaca.

#### 2) Buku Pendamping

Buku pendamping adalah buku yang berfungsi untuk mendampingi buku utama. Biasanya buku pendamping disebut pula buku pengayaan. Jadi, buku pendamping biasanya ditulis setelah ada buku utama. Contohnya, buku pengayaan untuk anak sekolah.

#### 3) Buku Literatur

Buku literatur adalah buku yang difungsikan sebagai rujukan kajian keilmuan. Buku literatur sering disebut diktat atau buku kuliah. Buku literatur juga sering ditulis berdasarkan penelitian. Jadi, buku ini mempunyai kadar keilmiah yang sangat tinggi sehingga sering ditulis dosen atau peneliti.

#### 4) Buku Motivasi

Buku motivasi adalah buku yang berisi kajian psikologis untuk membantu membangkitkan gairah atau semangat pembacanya. Buku motivasi dapat disusun berdasarkan kajian keagamaan dan moral. Buku motivasi sering ditulis oleh entrepreneur. Dengan membaca buku motivasi, pembaca mendapatkan energi baru untuk meneruskan hidup.

### 1.2. Pembelajaran Sosial Emosional

Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) adalah proses pembelajaran yang membantu individu memahami dan mengelola emosi mereka, membangun hubungan positif dengan orang lain, serta membuat keputusan yang bertanggung jawab. Pembelajaran Sosial Emosional adalah investasi jangka panjang bagi setiap individu. Elias dkk. (dalam Moningga, 2022:34) mendefinisikan bahwa proses belajar sosial emosional (*social emotional learning*) adalah proses belajar mengenali dan mengelola emosi, menyelesaikan masalah, mengembangkan relasi sosial yang baik, dapat berempati, membuat keputusan yang tepat, dan bertanggung jawab.

### 1.3. Dimensi *School Well-Being*

Secara umum, setiap individu berusaha mencari kebahagiaan dan keseimbangan dalam hidupnya. Diener (dalam Moningga, 2022:133) menjelaskan bahwa *well-being* atau kesejahteraan kita akan berdampak pada sikap dan emosi. Istilah sejahtera atau bahagia dalam ruang lingkup sekolah memang kurang mendapat perhatian. Dalam konteks ini, *well-being* adalah terpenuhinya kebutuhan

tertentu dalam diri manusia (Moningka, 2020:134). Allard (dalam Oktia, 2022:91) mendefinisikan *well-being* sebagai keadaan yang memungkinkan individu memuaskan kebutuhan-kebutuhan dasarnya yang mencakup kebutuhan material maupun non material Terdapat tiga dimensi *well-being* yaitu *having*, *loving*, dan *being*. Konsep *well-being* ini kemudian dikonstruksi oleh Konu dan Rimpela (2002) dalam konteks sekolah (*school well-being*).

*School well-being* adalah sebuah pendekatan holistik dalam pendidikan yang berfokus pada menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung kesejahteraan fisik, emosional, sosial, dan mental seluruh anggota komunitas sekolah, terutama siswa. Menurut Siswanto (dalam Oktia, 2022:91) evaluasi kondisi sekolah yang tidak menyenangkan, menekan, dan membosankan akan berakibat pada pola siswa yang bereaksi negatif seperti stres, bosan, terasingkan, kesepian, hingga depresi. Maka dari itu, *school well-being* sangat dibutuhkan dalam membangun lingkungan sekolah yang damai karena pendidikan adalah salah satu sarana utaman yang diperlukan dalam mengembangkan kehidupan yang harmoni dan damai (Kekasih & Affandi, 2024:16).

*School well-being* ini dapat memberikan potret dari perspektif siswa berkaitan dengan kesejahteraan mereka selama berada di lingkungan sekolah. Menurut Konu dan Rimplea (dalam Moningka, 2020:134), terdapat empat dimensi *school well-being* yang dapat membahagiakan. Dimensi pertama adalah ***having (school condition)***. *Having* (kondisi sekolah) mencakup aspek material dan non material meliputi lingkungan fisik, mata pelajaran dan jadwal, hukuman, dan pelayanan di sekolah. Aspek lainnya adalah bagaimana siswa mendapatkan dukungan atau layanan selama bersekolah seperti kantin, ruang kesehatan, wali kelas, dan guru bimbingan konseling.

Dimensi kedua adalah ***loving (social relationship)***. *Loving* (hubungan sosial) merujuk pada lingkungan pembelajaran sosial, hubungan antara guru dan siswa, hubungan dengan teman sekelas, dinamisasi kelompok, *bullying*, kerja sama antara sekolah dan orangtua, pengambilan keputusan di sekolah, dan keseluruhan atmosfir sekolah. Dimensi ketiga dari *school well-being* adalah ***being (means for self-fulfillment)***. *Being* mengacu pada bagaimana individu di sekolah menghargai keberadaan mereka. Hal tersebut dapat berupa adanya kesempatan yang sama bagi semua siswa untuk menjadi bagian dari masyarakat sekolah, siswa dapat melakukan pengamnilan keputusan terkait dengan keberadaannya di sekolah, serta adanya kesempatan untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan berdasarkan minat siswa (Konu dan Rimpela dalam Oktia, 2022:91).

Dimensi keempat adalah *health* (status kesehatan), dimensi ini dilihat dalam bentuk yang sederhana, yakni tidak adanya sumber penyakit dan siswa yang sakit. Status kesehatan siswa ini meliputi aspek fisik dan mental berupa simptom psikosomatis, penyakit kronis, penyakit ringan dan penghayatan akan keadaan diri (*illnesses*).

Penerapan dimensi *school well-being* di sekolah dapat meningkatkan kualitas hidup siswa, mengurangi tingkat stress dan kecemasan, serta meningkatkan prestasi akademik secara jangka panjang. Sekolah yang menerapkan konsep ini akan menjadi tempat bagi setiap siswa merasa dihargai, didukung, dan memiliki kesempatan untuk berkembang secara optimal.

## 2. METODE

Pada penelitian ini, penulis menggunakan metode kualitatif deskriptif. Metode kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami sebuah fenomena, menggali makna, dan pemahaman mendalam yang dialami oleh subyek penelitian. Dalam penelitian kualitatif, perspektif subyek lebih ditonjolkan dan sangat membutuhkan kedalaman analisis dari peneliti. Menurut Sugiyono (2020:9) metode penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti kondisi alamiah pada objek. Dalam hal ini, peneliti menjadi instrumen utama dalam mendeskripsikan keadaan secara objektif.

Selain itu, metode pengumpulan data yang digunakan oleh penulis adalah teknik dokumentasi dan baca catat. Metode pengumpulan data dengan menggunakan teknik dokumentasi melibatkan pengambilan informasi dari dokumen tertulis, seperti buku. Pada penelitian ini, penulis melakukan analisis terhadap benda-benda tertulis untuk memperoleh data yang relevan. Adapun teknik baca merupakan sebuah teknik dengan cara membaca yang bertujuan untuk menemukan data-data yang terdapat pada dokumen atau bahan penelitian. Kemudian, teknik catat digunakan oleh penulis untuk mengumpulkan data dengan cara mencatat dan mengutip teks yang diperlukan dalam dokumen atau bahan penelitian. Pada penelitian ini, peneliti memilih buku nonfiksi (buku motivasi) berjudul *Kisah Remaja Juara; Aku Terbatas Tanpa Batas* karya Joko Sulistyia.

Uji validitas data yang digunakan oleh penulis adalah peningkatan ketekunan dan diskusi bersama teman. Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Dengan kedua cara tersebut, kepastian data dan urutan peristiwa akan dapat direkam secara pasti dan sistematis. Melalui peningkatan ketekunan, penulis dapat melakukan pengecekan kembali mengenai data-data yang telah ditemukan untuk dibuktikan benar atau tidak. Melalui diskusi bersama teman, penulis dapat melakukan validasi terhadap data yang diperoleh, sehingga informasi yang disajikan dalam penelitian lebih akurat dan relevan dengan konteks penelitian. Selain itu, diskusi juga memungkinkan penulis untuk mendapatkan perspektif baru dan masukan yang berharga dari teman sejawat, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas penelitian secara keseluruhan.

**Tabel 1.** Tabel Klasifikasi Data

Contoh Teks	Kategori <i>School Well-Being</i>				No. Data
	<i>Ha</i>	<i>L</i>	<i>B</i>	<i>He</i>	

Keterangan:

- 1) Ha = *Having*
- 2) L = *Loving*
- 3) B = *Being*
- 4) He = *Health*



**Gambar 1.** Cover Buku *Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas*

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1. Hasil

Berdasarkan hasil analisis dimensi *school well-being* pada buku motivasi yang berjudul *Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas*, penulis mendapatkan sebanyak 31 data. Data tersebut meliputi dimensi *having* sebanyak 6 data, dimensi *loving* sebanyak 10 data, dimensi *being* sebanyak 11 data, dan dimensi *health* sebanyak 4 data.

**Tabel 2.** Hasil analisis data dimensi *school well-being* pada buku yang berjudul *Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas*.

No.	Tanggapan	Jumlah	Persentase
1.	Dimensi <i>Having</i>	6	19%
2.	Dimensi <i>Loving</i>	10	32%
3.	Dimensi <i>Being</i>	11	35%
4.	Dimensi <i>Health</i>	4	13%
<b>Total</b>		<b>31</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil analisis data di atas, dimensi *school well-being* menunjukkan distribusi data yang menarik. Dimensi *loving* (10 data) dan *being* (11 data) memiliki jumlah data yang relatif seimbang. Ini mengindikasikan bahwa pada buku cerita tersebut menonjolkan aspek interpersonal dan pembentukan identitas diri. Sementara itu, dimensi *having* (6 data) dan *health* (4 data) memiliki jumlah data yang lebih sedikit. Ini mengindikasikan bahwa aspek material dan kesehatan fisik, meskipun penting, tidak terlalu ditekankan dalam isi cerita.

**Tabel 3.** Temuan data dimensi *school well-being* pada buku yang berjudul *Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas*.

Contoh Teks	Kategori Dimensi <i>School Well-Being</i>				No. Data
	<i>Ha</i>	<i>L</i>	<i>B</i>	<i>He</i>	
“Kalau di sekolah lain, prestasiku tidak diperhitungkan. Namun, di sekolah ini berbeda. Prestasiku menjadi poin dan pertimbangan sehingga aku bisa diikuti lomba di kemudian hari”.	✓				29
“Menurutku, gara-gara nilai raporku yang termasuk bagus maka aku selalu dilibatkan di hampir semua kegiatan. Untuk OSN (Olimpiade Siswa Nasional) aku juga dijagokan untuk mewakili sekolah ke tingkat kabupaten. Aku dipilih mewakili bidang Matematika”.			✓		7
“Saat kelas 4 SD, aku pernah diikuti lomba Olimpiade MIPA (Matematika dan IPA) Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Alhamdulillah aku meraih juara II tingkat provinsi”.			✓		24
“Aku juga senang bersekolah disini. Guru dan teman-teman ramah. Ada teman SD-ku dulu		✓			30

yang selalu baik. Dia selalu menemani dan mengantarkanku kemana saja”.					
“Hanya mengandalkan indra pendengaran, aku bisa meraih prestasi. Prestasi yang membanggakan. Paling tidak, membanggakan diriku, orangtua, dan sekolah”.				✓	26

### 3.2. Pembahasan

Hasil analisis dimensi *school well-being (having, loving, being, dan health)* pada Buku Rekomendasi SMP Kelas VIII *Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas* karya Joko Sulistyo, penulis menemukan bahwa dimensi *being* mendominasi dengan 11 data. Temuan ini mengindikasikan bahwa kisah-kisah inspiratif dalam buku tersebut lebih banyak menyoroti aspek pembentukan identitas diri, potensi, dan makna hidup para tokoh. Implikasinya, buku ini dapat menjadi alat yang efektif dalam membangun kepercayaan diri dan motivasi belajar pada siswa. Selain itu, keseimbangan antara dimensi *loving* dan *being* menunjukkan pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang mendukung hubungan sosial yang positif dan pengembangan diri. Buku ini dapat digunakan sebagai bahan ajar yang dapat mengintegrasikan aspek-aspek *school well-being* ke dalam pembelajaran. Guru dapat memanfaatkan cerita-cerita inspiratif dalam buku untuk memicu diskusi kelas, refleksi diri, dan kegiatan proyek yang berkaitan dengan pengembangan diri siswa. Selain itu, sekolah dapat menyelenggarakan program-program yang mendukung pengembangan dimensi *having, loving, being, dan health* secara lebih seimbang.

### 4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dimensi *school well-being* yang terdapat pada buku yang berjudul *Aku Terbatas Tapi Tanpa Batas* karya Joko Sulistya peneliti menemukan 31 data. Dimensi *having* ditemukan sebanyak 6 data dengan presentase 19%, dimensi *loving* ditemukan sebanyak 10 data dengan presentase 32%, dimensi *being* ditemukan 11 data dengan presentase 35%, dan dimensi *health* ditemukan sebanyak 4 data dengan presentase 13%. Analisis dimensi *school well-being* pada buku tersebut menunjukkan dominasi dimensi *being* yang berkaitan dengan pembentukan identitas diri. Hal ini mengindikasikan bahwa buku ini dapat menginspirasi siswa untuk mengembangkan dirinya. Buku ini juga dapat menjadi alat yang berharga dalam menciptakan lingkungan belajar yang positif dan memotivasi siswa untuk mencapai potensi maksimalnya. Berdasarkan penelitian ini, maka buku tersebut dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah untuk dijadikan bahan ajar yang dapat mendukung pengembangan karakter siswa.



**REFERENSI**

- Hartuti, W. D. (2020). Modul Pembelajaran SMA Bahasa Indonesia Kelas XII. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral PAUD, DIKDAS, dan DIKMEN.
- Moningga, C. (2022). Pembelajaran Sosial Emosional Pendidikan Profesi Guru Prajabatan. Jakarta: Direktorat GTK Pendidikan Menengan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Oktia, V. (2022). Pengaruh Academic Burnout dan Academic Engagament Terhadap School Well-Being Santri Pesantren. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Science*, 1(3), 89–94. <https://doi.org/10.47679/202213>
- Konu, A. & Rimpela, M. (2002). *Factor structure of the school well-being model*. *Healt Education Research*, 17(6), 732-742.
- Kekasih, A. & Affandi, G. R. (2024). Hubungan antara School Well Being dengan Motivasi Berprestasi Siswa SMKN Prigen. *INTELEKTUALITAS : Jurnal Penelitian Lintas Keilmuan*, 1(1), 14-23. <https://journal.pubmedia.id/index.php/jplk/article/view/2552/2615>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Cv Alfabeta.