

**LAPORAN PORTOFOLIO
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN
KE LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**KEGIATAN MENYANYI UNTUK MEMBANGUN *STUDENT WELL-BEING* SISWA
SEKOLAH DASAR DI DUSUN TEGAL-BEDUG, INDRAMAYU, JAWA BARAT**

Disusun oleh:

Dr. Agoes Dariyo, M.Si., Psi
[10798001/0306076803]

Anggota

Ezra Andrianputra (205230125)
Stephany Merlin (705200093)

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
DESEMBER 2024**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR PKM
Periode II Tahun 2024

- | | |
|----------------------------------|--|
| 1. Judul PKM | : Kegiatan Menyanyi Untuk Membangun
<i>Student Well-being</i> Siswa Sekolah Dasar Dusun
Tegal Bedug, Lelea, Indramayu, Jawa Barat. |
| 2. Nama Mitra PKM | : Kepala Dusun Tegal Bedug |
| 3. Dosen Pelaksana | |
| A. Nama dan Gelar | : Dr. Agoes Dariyo, M.Si, Psi |
| B. NIDN/NIK | : 10798001/0306076803 |
| C. Jabatan/Gol. | : Lektor/380 |
| D. Program Studi | : Psikologi |
| E. Fakultas | : Psikologi |
| F. Bidang Keahlian | : Psikologi Pendidikan |
| H. Nomor HP/Tlp | : 0895-3746-02046 |
| 4. Mahasiswa yang Terlibat | |
| A. Jumlah Anggota
(Mahasiswa) | : 2. orang |
| B. Nama & NIM Mahasiswa 1 | : Stephany Merlin (705200093) |
| C. Nama & NIM Mahasiswa 2 | : Ezra Andrianputra (205230125) |
| D. Nama & NIM Mahasiswa 3 | : |
| E. Nama & NIM Mahasiswa 4 | : |
| 5. Lokasi Kegiatan Mitra | : |
| A. Wilayah Mitra | : Tegal Bedug, Lelea |
| B. Kabupaten/Kota | : Indramayu |
| C. Provinsi | : Jawa Barat |
| 6. Metode Pelaksanaan | : Luring/Daring (pilih) |
| 7. Luaran yang dihasilkan | |
| a. Luaran Wajib | : Naskah Jurnal |
| b. Luaran tambahan | : Book Chapter |
| 8. Jangka Waktu Pelaksanaan | : Juli - Desember 2024 |
| 9. Biaya yang disetujui LPPM | : Rp. 7 000 000,- |

Jakarta, 14 Januari 2025

Menyetujui,
Kepala LPPM



Dr. Hetty Karunia Tanjung Sari, S.E., M.Si.
NIDN/NIDK : 0316017903/10103030

Ketua Pelaksana

Dr. Agoes Dariyo, M.Si, Psi
NIDN/NIDK: 0306076803

RINGKASAN

Para siswa Taman Kanak-kanak Tegal Bedug mengalami persoalan terkait dengan *academic self-efficacy* khususnya masalah berhitung sederhana. Mereka merasa kurang yakin terhadap masalah pelajaran berhitung yang berdampak pula pada kurang-yakinan terhadap masa depan kehidupan mereka di masyarakat. Mereka adalah generasi muda perlu mendapat perhatian serius dari orang dewasa khususnya para Guru Taman Kanak-kanak. Kegiatan ini merupakan kegiatan menyanyi “Berhitung Sederhana” untuk menumbuh-kembangkan *numerical self-efficacy* pada siswa pra-sekolah. Peserta kegiatan adalah para siswa TK Tegal Bedug, Lelea, Indramayu, Jawa Barat. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat meliputi 3 tahap yaitu tahap pra-kegiatan, kegiatan dan paska-kegiatan. Teknik pengambilan data dengan kuesioner. Teknik analisis data dengan menggunakan uji beda (t test) yaitu pre-test (pra-kegiatan) dan post-test (paska-kegiatan). Hasil kegiatan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara pre-test dengan post-test (*pre-test < post-test*), artinya kegiatan menyanyi “berhitung sederhana” memiliki peran penting untuk meningkatkan *numerical self-efficacy* pada siswa pra-sekolah TK Tegal Bedug, Lelea, Indramayu, Jawa Barat.

Kata kunci: Menyanyi “Berhitung Sederhana”, *Numerical Self-efficacy*, Siswa Pra-Sekolah.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Ringkasan	iii
Daftar Isi	iv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN	4
BAB III METODE PELAKSANAAN	5
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	7
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	12
DAFTAR PUSTAKA	13

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Para siswa Sekolah Dasar Negeri Tamansari merupakan anak-anak yang sebagian besar diasuh dan dididik oleh ayah kandung tanpa kehadiran ibunya, karena para ibu telah bepergian ke luar negeri. Para ibu telah meninggalkan desanya. Mereka merantau untuk bekerja sebagai Tenaga Kerja Wanita di Hong Kong, Taiwan, Jepang, Arab-Saudi atau negara lainnya. Sebenarnya, mereka sangat terpaksa harus bekerja di luar negeri, semua dilakukannya demi mencukupi kebutuhan keuangan keluarga. Memang mereka yang telah bekerja sebagai TKW telah berhasil mengirimkan uang kepada keluarganya. Namun adakalanya, suami yang berada di rumah, tak mampu untuk mengasuh, mendidik dan membina anak-anak di rumah. Mereka sudah dalam keadaan capai, letih dan tak bersemangat, setelah mereka bekerja seharian di sawah, kebon atau sebagai karyawan swasta. Jadi dapat dikatakan bahwa sebagian besar anak-anak kurang mendapat perhatian serius dari kedua orangtua baik ayah maupun ibunya.

Orangtua tetap menjalankan peran masing-masing sebagai ayah maupun ibu bagi anak-anak, namun mereka tidak mampu menjalankannya secara optimal, sehingga anak-anak tidak mendapatkan pendidikan orangtua dengan baik di rumah. Ayah hadir secara fisik dan bertemu muka dengan muka dengan anak-anak di rumah, namun kehadiran ayahnya kurang memberi pengaruh positif terhadap perkembangan anak-anaknya. Ayahnya kurang memerankan fungsi keayahannya (father role) yang disiplin, konsisten dan memimpin anak-anak untuk mengembangkan segenap potensinya. Demikian pula, sebagian besar ibunya tidak mampu hadir secara fisik untuk mengasuh anak-anak, karena mereka telah bekerja sebagai TKW di luar negeri. Tentu saja, kondisi kurang perhatian dan kasih sayang orangtua tersebut berpengaruh terhadap

kehidupan psikologis anak-anak di rumah maupun di sekolah. Mereka tidak memiliki kesejahteraan psikologis yang baik di sekolah.

Kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh seorang individu yang sedang menempuh pembelajaran di sekolah dinamakan *student well-being*. *Student well-being* merupakan sebuah keadaan psikologis yang ditandai dengan perasaan bahagia, sukacita, semangat, optimis dan gembira dalam menghadapi kehidupan masa depan. Mereka memiliki keyakinan diri yang kuat bahwa ia mampu mewujudkan cita-citanya dengan sebaik-baiknya (Kaplan, & Maehr, 1999; Renshaw, & Bolognino, 2016; Zhang, & Carciofo, 2021). Karena itu, penting bagi setiap siswa untuk menumbuhkan *student well-being* agar mereka bisa mampu menempuh pendidikannya dengan baik di sekolah.

1.2 Permasalahan Mitra dan Tujuan Kegiatan PKM atau PKM sebelumnya

Pihak kepala SD Negeri Tamansari Lelea, Indramayu merasakan bahwa para siswa merasakan kurang bersemangat, optimis dan tidak percaya diri untuk menghadapi masa depannya. Mereka berpikir dalam jangka pendek bahwa mereka hanya ingin sekolah sampai sekolah dasar saja, dan tak berharap banyak untuk bisa melanjutkan pendidikan ke SMP atau jenjang pendidikan yang lebih tinggi, karena orangtua tidak memberi perhatian serius terhadap anak-anak kadungnya. Orangtua tidak banyak menuntut terhadap anak-anaknya. Jika anak-anak hanya lulus sekolah dasar, ya tidak apa-apa, yang penting mereka sudah pernah bersekolah. Mereka bisa membaca dan menulis. Setelah itu, mereka bekerja sesuai dengan keinginan mereka, dan tak perlu mereka menempuh pendidikan tinggi-tinggi.

Kondisi para siswa yang tak memiliki orientasi masa depan kehidupan yang lebih baik; merupakan sebuah kondisi yang tidak boleh dibiarkan secara berlarut-larut, namun perlu upaya intervensi serius dan profesional untuk membawa perubahan kehidupan bagi para siswa. Tindakan intervensi harus segera dilakukan secara profesional dan sistematis oleh tenaga ahlinya untuk membuat suatu perubahan

pemikiran, sikap maupun tindakan yang konkrit dalam diri anak-anak. Mereka perlu memperoleh informasi, pengetahuan maupun wawasan yang dapat mengubah pola pikir dari pesimis menjadi optimis, perasaan rendah diri berubah menjadi percaya diri, sikap pasif menjadi sikap aktif serta mengubah perilaku non-produktif menjadi perilaku yang produktif.

1.3. Uraian Hasil Penelitian dan PKM Terkait

Student Well-being merupakan kesejahteraan psikologis yang membuat kehidupan seorang siswa mampu menjalankan tugas dan tanggung-jawabnya dengan baik (Zhang & Carciofo, 2021). *Student well-being* merupakan bagian *eudaimonic* (Schutte, Wissing, & Khumalo, 2013; Cromhout, Schutte, Wissing et al, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa *student well-being* merupakan kondisi psikologis yang sejahtera yang dirasakan oleh seorang individu selama menjalani aktivitas pembelajaran di sekolah. Seorang siswa yang memiliki kesejahteraan psikologis dalam dirinya, maka ia akan bersemangat belajar, fokus mempelajari dan aktif mengerjakan tugas maupun menguasai materi pelajaran, tidak menyerah menghadapi kesulitan dan percaya diri menghadapi dan mencapai cita-cita masa depannya. Mereka termotivasi untuk mencapai prestasi belajar terbaik. Pada umumnya, mereka pandai bersosialisasi dengan teman-teman sebaya dan mampu menyesuaikan diri dengan nilai, norma, dan aturan sosial di sekolah.

Renshaw & Bolognino (2016) menyatakan bahwa *Student well-being* bersifat multi-dimensi yang meliputi *academic-self efficacy*, *gratitude*, *school connectedness*, *academic satisfaction*. Academic self-efficacy sebagai keyakinan seorang individu mampu menguasai dan menyelesaikan tugas-tugas akademik di sekolah. *Gratitude* yaitu ungkapan rasa syukur seorang individu memiliki kesempatan belajar untuk mempersiapkan diri di masa mendatang. *School connectedness* ialah seorang individu memiliki relasi pertemanan yang positif dengan teman-teman sebaya, membangun relasi dengan guru-guru (dan karyawan administrasi sekolah), dan dukungan orangtua selama belajar di sekolah. Seorang siswa juga mampu menunjukkan rasa puas terhadap

proses pembelajaran yang telah diasuh, diajar dan dibimbing oleh para guru di sekolah. Renshaw (2018) menyatakan bahwa *student well-being* merupakan sebuah proses yang bersifat dinamis, namun pencapaian student well-being harus melibatkan keaktifan para siswa dalam menjalankan tugas dan tanggung-jawab akademik secara proposional.

Smith & Firman, (2020) bahwa setiap individu harus terlibat aktif memanfaatkan segenap potensi kecerdasan, kreativitas dan inovasi untuk membangun *student well-being* dalam dirinya. Student well-being sangat penting dimiliki oleh setiap individu yang berstatus sebagai siswa di sekolah. Umurkulova et al (2021) menemukan *student well-being* sebagai keadaan sejahtera secara psikologis, sehingga aspek kognitif, afektif maupun konatif dapat berfungsi secara optimal untuk meningkatkan potensinya. Seorang siswa yang memiliki kondisi sejahtera secara psikologis, maka ia tak merasakan stress secara akademik, meskipun ia harus menghadapi dan menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan baik.

Student Well-being harus menjadi tujuan penting yang wajib diwujudkan dalam diri setiap siswa agar mereka menjalankan tugas dan tanggung-jawab sebagai seorang pelajar dengan sungguh-sungguh, sehingga mereka dapat mencapai prestasi terbaik di sekolah. Menurut Rickson, Reynolds, & Legg (2018) telah memberikan contoh terbaik bagaimana mereka membuat program menyanyi dasar dengan tujuan mewujudkan *student well-being* bagi para siswa sekolah. Para ahli (Gick, 2011; Mellor, 2013; dan Hinshaw, Clift, Hulbert, & Camic, 2015) menyatakan bahwa bernyanyi mampu membangkitkan semangat hidup, kegembiraan, dan kebahagiaan bagi setiap individu, sehingga mereka memiliki kesehatan secara fisiologis dan psikologis dalam hidupnya. Rickson, Reynolds, & Legg (2018a; 2018b) menambahkan mereka terlibat aktif dan merasakan kegembiraan, kebahagiaan dan kepuasan selama menjalani kegiatan menyanyi, karena mereka mampu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan pengalaman hidupnya, sehingga mereka bersemangat untuk menjalani tugas dan tanggung-jawab sebagai pelajar di sekolah. Smith, Kleinerman, & Cohen (2022) menambahkan menyanyi merupakan sebuah ketrampilan seni melantunkan lagu. Karena itu, setiap

individu perlu belajar dan latihan serius untuk menyanyikan lagu yang mampu membangkitkan semangat mencapai kebahagiaan hidup.

Davies, Bentham, & Duah, (2023) menemukan kegiatan bernyanyi secara berkelompok mampu menumbuhkan perasaan bahagia. Masing-masing individu menjadi bagian penting yang terlibat aktif untuk menyanyikan sebuah nyanyian dalam kelompok. Mereka mengembangkan kekompakan, kebersamaan dan kebahagiaan bersama, sehingga mereka berharap dapat melanjutkan kebahagiaan tersebut di waktu yang akan datang. Selanjutnya, Hilberts (2023) menemukan bahwa kegiatan bernyanyi berkelompok membangun pengalaman menyenangkan yang tidak akan pernah terlupakan dalam diri setiap individu. Bagi para siswa sekolah dasar bahwa bernyanyi berkelompok menjadi dasar kegiatan yang membangun kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis sebagai pelajar yang dapat memotivasi untuk belajar di sekolah.

1.4 Uraikan keterkaitan topik dengan Peta Jalan PKM yang ada di Rencana Induk Penelitian dan PKM Untar

Rencana Induk Penelitian Universitas Tarumanagara (2021) adalah mewujudkan penelitian dasar dan praktis yang dapat memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis masyarakat. Di bidang ilmu psikologi bahwa kesejahteraan psikologis sebagai kondisi psikologi yang sehat yang dapat diwujudkan melalui optimalisasi dan aktualisasi diri setiap individu. Setiap individu memiliki kelebihan maupun kelemahan; hanya saja setiap individu diharapkan secara bijak mampu menerima diri apa adanya, namun tetap harus berusaha untuk mengasah, belajar dan terus meningkatkan kompetensinya dengan baik-baiknya.

Melalui Rencana Induk Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (2021) tersebut, maka Universitas Tarumanagara berkomitmen memberi dukungan terhadap setiap akademisi untuk menunjukkan kinerja akademik sesuai dengan bidang keahliannya demi mewujudkan reputasi perguruan tinggi berskala nasional maupun internasional.

BAB 2

SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN

2.1 Solusi Permasalahan

Kegiatan menyanyi merupakan kegiatan menyenangkan yang dapat dilakukan oleh siapa pun tanpa memandang latar-belakang usia, jenis-kelamin, agama, suku bangsa, status sosial-ekonomi. Menyanyi sebagai kegiatan untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, perilaku maupun pengalaman tertentu yang dapat dilakukan secara individu maupun secara kelompok (Hilbers, 2023). Menyanyi sebagai media pembelajaran yang dapat dijadikan sarana bagi seorang guru untuk mengajarkan nilai, norma, pelajaran maupun informasi tertentu kepada para siswa. Para siswa pun dapat menyerap informasi, pelajaran, nilai, norma atau aturan yang disampaikan melalui nyanyian yang diajarkan/disampaikan oleh guru.

Selain itu, para siswa juga mendapatkan materi pelajaran mengenai “Pengenalan Potensi Diri” yaitu mereka mengikuti tes pengenalan diri individu, sesuai dengan karakteristik pribadinya. Setelah itu, mereka akan mendapatkan penjelasan dan pengarahan untuk meningkatkan potensi diri di masa kini maupun masa depan, sehingga mereka pun merasa yakin diri, dan optimis menghadapi masa depan dengan baik. Mereka sebagai generasi muda harus memperoleh pelatihan, pendidikan dan pengarahan serius oleh para profesional demi meningkatkan potensi dan kompetensi, sehingga mereka benar-benar dapat mewujudkan masa depan yang lebih baik di masa yang akan datang.

2.2 Rencana Luaran Kegiatan (Pilih minimal satu untuk luaran wajib dan satu untuk luaran tambahan)

No.	Jenis Luaran	Keterangan
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN atau	V
2	Prosiding dalam temu ilmiah	
Luaran Tambahan (wajib ada)		
1	Hak Kekayaan Intelektual (HKI) atau	
2	Teknologi Tepat Guna (TTG) atau	
3	Model/Purwarupa (Prototip)/Karya Desain/Seni atau	
4	Buku ber ISBN atau / Book Chapter	V
5	Produk Terstandarisasi	

BAB 3

METODE PELAKSANAAN

3.1 Bentuk/Jenis Metode Pelaksanaan

Kegiatan menyanyi dilaksanakan di dalam ruang kelas. Kegiatan menyanyi dilaksanakan secara individual maupun secara kelompok. Setiap siswa mendapatkan kesempatan untuk belajar, berlatih dan praktek menyanyi. Mereka memperoleh kesempatan yang sama untuk mengembangkan kemampuan menyanyi. Para siswa dilatih secara serius, profesional dan bertanggung-jawab, sehingga mereka memiliki keyakinan diri terhadap potensi dan kompetensinya dengan baik.

3.2 Langkah-langkah/Tahapan pelaksanaan

Ada 3 langkah pelaksanaan yaitu pra-kegiatan, kegiatan dan paska-kegiatan. Pra-kegiatan yaitu para siswa mendapatkan pre-test berupa pengisian kuesioner *student well-being*. Kegiatan ialah kegiatan menyanyi yang melibatkan semua siswa yang ikut dalam kegiatan pengabdian Masyarakat ini. Paska-kegiatan ialah para siswa diberi kesempatan untuk mengisi kuesioner.

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

	Responden	Pra-kegiatan	Kegiatan	Paska-Kegiatan
	Para Siswa	Pre-test <i>Student Well-Being</i>	Menyanyi	Post-test <i>Student Well-Being</i>

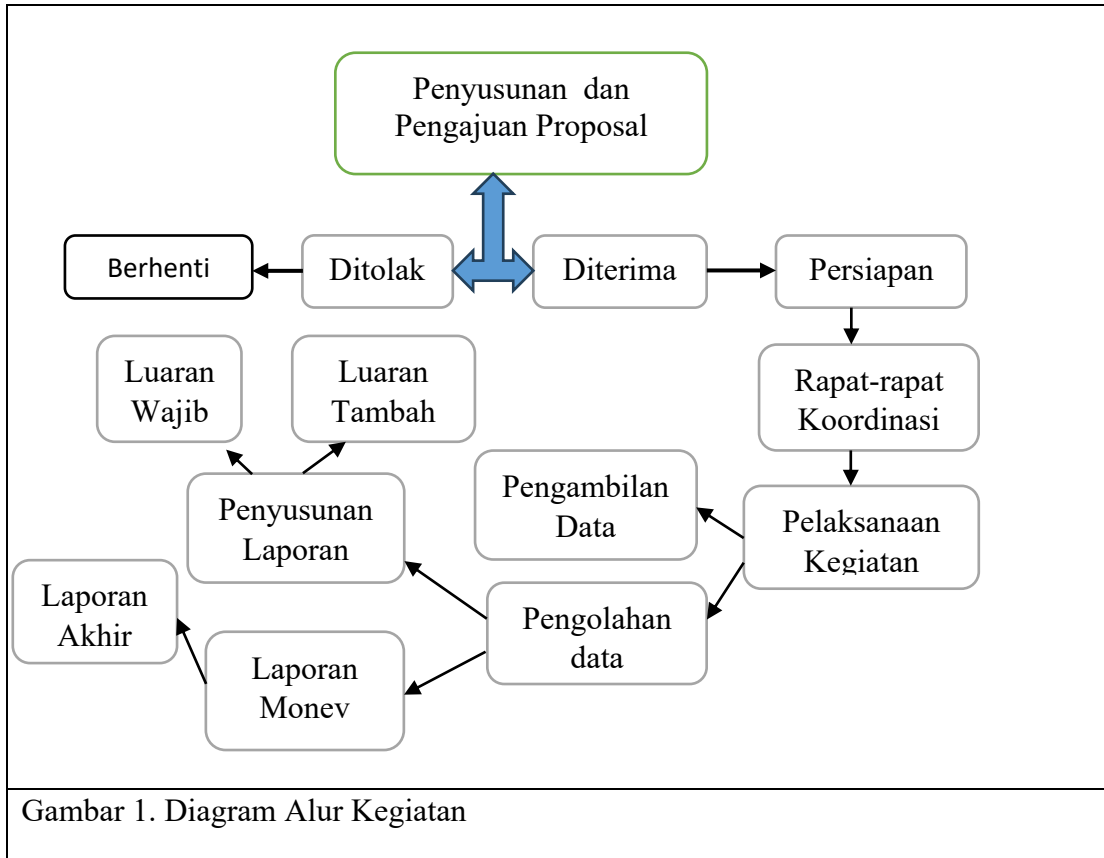
3.3 Teknik Pengambilan dan Analisis Data

Teknik pengambilan data dengan menggunakan kuesioner *student well-being*. Kuesioner terdiri dari 10 item dengan pilihan yaitu SS (sangat setuju), S (setuju), TS (Tidak setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Item yang *favourable* dengan skor yaitu SS = 4, S = 3, TS = 2 dan STS = 1. Salah satu contoh item *favourable* yaitu: Saya terdorong belajar giat untuk mencapai prestasi terbaik di sekolah. sedangkan item yang *unfavourable* dengan skor SS = 1, TS = 2, TS = 3 dan STS = 4. Salah satu contoh item *unfavourable* yaitu: Saya merasa bosan mengikuti pelajaran di sekolah (10). Adapun analisis data dengan teknik uji beda yaitu membedakan hasil pre-test dengan post-test.

3.4. Partisipasi mitra dalam kegiatan PKM

Sebagai Mitra, maka Kepala Dusun Tegal Bedug telah berperan penting melakukan koordinasi dengan kepala SD Negeri Taman Sari, Lelea, sehingga mengijinkan para siswa untuk mengikuti kegiatan pengabdian Masyarakat yang diselenggarakan oleh Universitas Tarumanagara Jakarta. SD Taman sari menyediakan ruangan kelas dan fasilitasnya untuk kelangsungan kegiatan PKM ini berjalan dengan baik.

3.5. Diagram Alur Kegiatan



Gambar 1. Diagram Alur Kegiatan

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 1. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

	Responden	Pra-kegiatan	Kegiatan	Paska-Kegiatan
	Para Siswa	Pre-test <i>Student Well-Being</i>	Menyanyi	Post-test <i>Student Well-Being</i>
		$M = 655/32 = 20,47$ (N = 32)	V	$M = 899 / 32 = 28,1$ (N =32)

Diperoleh hasil pre-test sebesar 20, 47; sedangkan hasil post-test sebesar 28,1. Artinya hasil pre-test ($M = 20, 47$) lebih kecil daripada hasil post-test ($M=28,1$). Terjadi peningkatan hasil skor pre-test ke hasil post-test sebesar 7, 63.

2. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kegiatan menyanyi dianggap mampu memberikan pengaruh peningkatan nilai *student-well-being* bagi para siswa sekolah dasar. Hasil skor *pre-test* lebih kecil dibandingkan dengan skor post-test, artinya terjadi peningkatan skor pre-test ke skor post-test. Nilai peningkatan kegiatan menyanyi ini sejalan dengan pandangan para ahli (Smith, Kleinerman & Cohen, 2022; Davies, Bentham & Duah, 2023; Hilbers, 2023) yang menyatakan bahwa menyanyi secara bersama-sama merupakan pengalaman menyenangkan yang dapat membangun pengalaman kebersamaan, kekompakan, kerjasama, persahabatan dan kebahagiaan

bersama-sama. Kegiatan menyanyi sebagai kegiatan seni suara yang ditandai dengan mengekspresikan pikiran, perasaan maupun pengalaman dalam bentuk syair, kata-kata atau kalimat yang menyenangkan bagi seorang atau sekelompok orang penyanyinya. Kegiatan menyanyi juga dapat memberikan kebahagiaan bagi orang lain yang mendengar nyanyian tersebut. Orang lain ikut merasakan suasana kejiwaan, batin maupun pikiran isi syair yang dinyanyikan tersebut. Tentu saja, diharapkan isi syair nyanyian tersebut mengandung nilai, ajaran, atau pernyataan-pernyataan, kata-kata, atau kalimat yang positif. Jika isi syair nyanyian tersebut bersifat negative (misalnya isi syair yang berupa rintihan, kesedihan, duka-cita), maka pendengar nyanyian tersebut akan merasakan suasana jiwa, perasaan atau batin yang negatif. Karena itu, seseorang yang hendak menyanyikan sebuah lagu, harus mampu bersikap bijak dalam memilih lagu, artinya ia harus mampu memperhatikan isi syair lagunya. Jika seorang penyanyi hendak memberikan pengaruh positif terhadap para pendengar melalui lagu-lagu yang dinyanyikannya, maka ia wajib memilih lagu-lagu yang isi syairnya mengandung nilai positif.

Student Well-being merupakan kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh seorang siswa, sehingga membuat kehidupan seorang siswa tersebut mampu menjalankan tugas dan tanggung-jawabnya dengan baik (Zhang & Carciofo, 2021). Kesejahteraan psikologis merubakan bentuk kebahagiaan hidup seseorang. Seorang siswa merasa bahagia sebagai peserta didik yang sungguh-sungguh menjalani tugas-tugas dan tanggung-jawab untuk meningkatkan kompetensi akademiknya di sekolah. Seorang siswa menyadari bahwa dirinya sebagai individu yang masih muda dengan membekali diri dengan ilmu pengetahuan maupun ketrampilan yang dibutuhkan untuk menghadapi masa depan yang lebih baik. *Student well-being* merupakan konsep kebahagiaan yang bersifat *eudemonic* (Schutte, Wissing, & Khumalo, 2013; Cromhout, Schutte, Wissing et al, 2022).

Student well-being siswa harus menjadi perhatian penting bagi setiap kepala sekolah maupun para guru. Mereka sebagai guru diharapkan dapat mendukung dan rhargadan termotivasi untuk meraih prestasi akademik terbaik. Kepala sekolah

membangun kebijakan agar para siswa mampu merasakan kebahagiaan di sekolah. Para guru dapat membangun dukungan sosial yang membuat siswa-siswi merasa diperhatikan dan berharga karena mereka bagian penting yang ikut andil dalam memajukan sekolahnya. Sejak awal sebagai siswa baru, mereka sudah diterima, diperhatikan dan dihargai oleh kepala sekolah, para guru maupun tenaga kependidikan, sehingga para siswa merasa bagian penting yang berhak memperoleh layanan akademik secara memuaskan. Jika mereka merasa puas atas layanan administrasi maupun layanan akademik di sekolahnya.

Kesejahteraan psikologis siswa dapat distimulasi dengan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan, seperti kegiatan menyanyi. Kegiatan menyanyi adalah salah satu kegiatan yang menyenangkan untuk membangun kesejahteraan psikologis para siswa. Mereka masih perlu bimbingan para guru untuk menempatkan diriya secara tepat. Mereka diajar, dilatih dan dibimbing untuk mengembangkan kebahagiaan selama menjadi murid sekolah. Bila mereka masih belum mampu merasakan bahagia, maka para guru masih terus-menerus menolong siswa-siswinya membangun pola pikirnya. Kegiatan menyanyi menjadi sebuah kegiatan yang terus-menerus untuk terus dinyanyikan dalam setiap kesempatan belajar-mengajar di kelas. Para siswa dapat menangkap maksud dan arti mendalam isi syair lagu yang dinyanyikan oleh mereka.

Kebahagiaan bersifat subjektif yang dapat dirasakan secara individual. Seorang individu memiliki cara pandang positif terhadap diri-sendiri maupun terhadap orang lain. Cara pandang positif ditandai dengan konsep diri positif yang dapat dibangun melalui kegiatan bernyanyi (Dariyo, 2023). Jika setiap individu dalam suatu kelompok sama-sama merasakan kebahagiaan, maka kebahagiaan dirasakan secara kolektif. Mereka memiliki pengalaman yang sama yaitu kebahagiaan kolektif. Kebahagiaan kolektif dapat diwujudkan melalui pengalaman kolektif yang menyenangkan seperti pengalaman kegiatan bernyanyi bersama. Memang kegiatan menyanyi dapat dilakukan secara individu, tetapi juga kegiatan menyanyi dapat dilakukan secara kolektif. Mereka bersama-sama diajar, dilatih dan dibimbing untuk memiliki pengalaman kolektif yang sama yaitu bernyanyi (Davies, Bentham & Duah, 2023; Hilbers, 2023). Jika kegiatan

bernyanyi dilakukan secara kontinu, terus-menerus dan konsisten oleh para siswa dengan bimbingan guru, maka mereka membangun sebuah ikatan emosi antara para siswa-guru yang membuat mereka dapat menyatu sebagai sebuah keluarga akademik di sekolah. Ikatan emosi (*emotion attachment*) sebuah ikatan yang terbangun melalui interaksi sosial secara intensif antara orang dewasa dengan anak-anak dalam jangka waktu tertentu, sehingga keduanya saling membutuhkan dan bekerja sama untuk pengembangan kompetensi di masa mendatang (Goldberg, Muir & Kerr, 2009; Fearon, & Roisman, 2017). Seorang guru yang memiliki ikatan emosi dengan para siswa, maka guru akan bersungguh-sungguh, semangat dan berkomitmen untuk mengajar, mendidik dan membina para siswa demi mempersiapkan masa depan para siswa yang lebih baik. Para siswa yang memiliki ikatan emosi dengan gurunya, maka mereka akan menjadi siswa yang menjalankan tugas dan tanggung-jawab sebagai peserta didik yang belajar dari para gurunya dengan sebaik-baiknya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN-SARAN

1. Kesimpulan

Kegiatan menyanyi bersama dapat menumbuh-kembangkan *student well-being* para siswa sekolah dasar. Kegiatan bernyanyi bersama memberikan pengalaman menyenangkan yang sama-sama dirasakan oleh para siswa, sehingga mereka dapat membangun kekompakan kerjasama, dan komitmen untuk melakukan kegiatan positif di masa mendatang.

2. Saran-saran

Para guru dapat merancang, menciptakan dan memanfaatkan momen kegiatan bernyanyi bersama untuk membangun kekompakan Kerjasama bagi para siswa sekolah dasar. Mereka dapat memilih lagu-lagu yang memiliki isi syair yang mengandung nilai-nilai positif yang berdampak positif bagi para siswanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bolognino, S. J. (2016). The College Student Subjective Wellbeing Questionnaire: A brief, multidimensional measure of undergraduate's covitality. *Journal of Happiness Studies*, 17, 463-484.
- Cromhout, A., Schutte, L., Wissing, M. P., & Schutte, W. D. (2022). Further investigation of the dimensionality of the questionnaire for eudaimonic well-being. *Frontiers in Psychology*, 13, 795770.
- Dariyo, A. (2023). Penerapan Kegiatan Menyanyi untuk Mengembangkan Konsep Diri Anak Pra-sekolah. *Jurnal Serina Abdimas*, 1(2), 985-992.
- Davies, J., Bentham, S., & Duah, F. (2023). The impact of group singing on children's subjective well-being: Mixed methods research. *Children & Society*, 37(4), 1252-1273.
- Farrokhi, N., Tabatabaie Jabali, Z., Mahmoudian, H., Bahmanabadi, S., & Alikhani, M. (2022). The Psychometric Properties of the Academic Well-Being Questionnaire. *Journal of School Psychology*, 11(3), 108-121.
- Fearon, R. P., & Roisman, G. I. (2017). Attachment theory: progress and future directions. *Current opinion in psychology*, 15, 131-136.
- Gick, M. L. (2011). Singing, health and well-being: A health psychologist's review. *Psychomusicology: Music, Mind and Brain*, 21(1-2), 176–207. <https://doi.org/10.1037/h0094011>.
- Goldberg, S., Muir, R., & Kerr, J. (2009). *Attachment Theory: Social, Development & Clinical Perspective*. Hillsdale-Routledge: Taylor & Francis Group.
- Hinshaw, T., Clift, S., Hulbert, S., & Camic, P. M. (2015). Group singing and young people's psychological well-being. *International Journal of Mental Health Promotion*, 17(1), 46-63.
- Hilbers, M. E. (2023). *The Effect of Group Singing and Socioeconomic Status on Fifth-Grade Students' Affective Well-Being* (Doctoral dissertation, The University of Nebraska-Lincoln).

- Kaplan, A., & Maehr, M. L. (1999). Achievement goals and student well-being. *Contemporary educational psychology*, 24(4), 330-358.
- Mellor, L. (2013). An investigation of singing, health and well-being as a group process. *British Journal of Music Education*, 30(2), 177-205.
- Renshaw, T. L. (2018). Psychometrics of the revised college student subjective wellbeing questionnaire. *Canadian Journal of School Psychology*, 33(2), 136-149.
- Rickson, D., Reynolds, D., & Legg, D. R. (2018a). *The relationship between participation in singing programmes and student well-being in a Christchurch primary school*. Teaching & Learning Research Initiative.
- Rickson, D., Reynolds, D., & Legg, R. (2018b). Learners' perceptions of daily singing in a school community severely affected by earthquakes: Links to subjective well-being. *Journal of Applied Arts & Health*, 9(3), 367-384.
- Smith, A. P., & Firman, K. L. (2020). The microstructure of the student wellbeing process questionnaire. *Journal of Education, Society and Behavioural Science*, 33(1), 76-83.
- Smith, A. M., Kleinerman, K., & Cohen, A. J. (2022). Singing lessons as a path to well-being in later life. *Psychology of Music*, 50(3), 911-932.
- Schutte, L., Wissing, M. P., & Khumalo, I. P. (2013). Further validation of the questionnaire for eudaimonic well-being (QEWB). *Psychology of Well-Being*, 3, 1-22.
- Umurkulova, M. M., Sabirova, R. S., Slanbekova, G. K., Kabakova, M. P., & Kalymbetova, E. K. (2022). Adaptation of the Student Well-being Process Questionnaire for Russian-speaking students of Kazakhstan. *International Journal of School & Educational Psychology*, 10(3), 383-394.
- Universitas Tarumanagara. (2021). *Rencana Strategi Induk Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Tarumanagara (2021-2025)*. Jakarta: Universitas Tarumanagara.

Zhang, Y., & Carciofo, R. (2021). Assessing the wellbeing of Chinese university students: validation of a Chinese version of the college student subjective wellbeing questionnaire. *BMC psychology*, 9(1), 69.