
Gambaran Kebahagiaan Siswa yang Orangtuanya Berkarier dan Penguatan Pelayanan BK di Sekolah

Nurfarhanah

Bimbingan dan Konseling/Universitas Negeri Padang

Correspondence E-mail: nurfarhanah@fip.unp.ac.id

Abstract. *This study aims to describe the happiness of students whose parents have careers. Students whose parents have careers feel happier and more successful because all their needs are met. However, not all parents can fulfill their role as parents. This study used a quantitative method with a descriptive approach. The population was 644 students senior high school. A sample of 37 students was selected using purposive sampling, with the criteria being students whose parents have careers. The instrument used was the Happiness Questionnaire. Data were analyzed using descriptive analysis techniques. The results showed that the overall happiness of students whose parents have careers was in the moderate category, meaning that students were quite satisfied, quite optimistic, and quite happy with their current situation. Based on the research findings, guidance and counseling services that can be provided by guidance and counseling teachers to improve student happiness include individual counseling services related to feelings, worries, and stress experienced.*

Keywords: *happiness, career parents, optimism, guidance and counseling services.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier. Siswa yang memiliki orangtua berkarier merasa lebih bahagia dan sukses karena semua kebutuhannya dapat terpenuhi, namun tidak semua orangtua dapat menjalankan perannya sebagai orangtua. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Populasinya adalah siswa SMA berjumlah 644 siswa dengan sampel sebanyak 37 siswa yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria siswa yang ayah atau ibunya berkarier. Instrumen yang digunakan adalah Angket Kebahagiaan. Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier secara keseluruhan berada pada kategori sedang, artinya siswa cukup merasa puas, cukup optimis dan cukup bahagia dengan situasi saat ini. Berdasarkan hasil penelitian layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan oleh guru BK dalam meningkatkan kebahagiaan siswa, yaitu layanan konseling individual yang berkaitan dengan perasaan, kekhawatiran, dan stres yang dialami

Kata kunci: *kebahagiaan, orangtua berkarier, optimis, layanan bimbingan dan konseling.*

PENDAHULUAN

Anak pertama kali dikenal oleh keluarganya dengan tingkah laku dan pandangan seorang anak dipengaruhi oleh pendidikan dan pengaruh orang tua mereka. Orang tua diberi tanggung jawab oleh Allah SWT untuk membesarkan dan mendidik anak mereka sehingga

mereka dapat mengembangkan potensi positif mereka. Orang tua memiliki peran yang sangat besar dalam membangun tingkah laku dan kepribadian anak-anak mereka dalam berbagai tingkatan umur, mulai dari masa kanak-kanak, remaja, hingga dewasa (Rahayu, 2013).

Papalia et al. (2008) menyatakan bahwa orangtua yang hanya memberi kebutuhan material pada anak memungkinkan anak menjadi pribadi yang tidak bahagia. Pernyataan ini diperkuat oleh Sofyan (2005) bahwa keluarga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan anak terjerumus dalam kenakalan remaja. Faktor keluarga yang dimaksud seperti anak tidak dapat kasih sayang dan perhatian orangtua, inilah yang menyebabkan anak merasa tidak bahagia dan pemberontak.

Dari hasil penelitian Pannilage (2017) menjelaskan anak tidak bahagia jika dalam keluarganya terjadi ketidakharmonisan, seperti kekerasan, pendapatan keluarga yang tidak stabil, diskriminasi keluarga karena alasan sosial-budaya, dan kurangnya cinta, perhatian, dan kasih sayang.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Kurniasari et al. (2019) menemukan bahwa siswa yang memiliki kebahagiaan yang rendah memiliki karakteristik seperti tidak percaya diri, bergantung pada orang lain, sulit untuk membangun hubungan yang baik dengan orang lain, belum memiliki tujuan hidup, dan sulit untuk menerima pengalaman baru.

Dalam kehidupan keluarga modern, telah terjadi banyak perubahan. Ketika kedua orangtua memiliki karier, mereka menjadi sangat sibuk dan terkadang mengabaikan tanggung jawab mereka sebagai orangtua. Akibatnya, banyak anak mencari perhatian dan kasih sayang pada orang lain. Perasaan tidak bahagia, kurangnya perhatian, dan kurangnya kasih sayang dari orangtua yang terlalu fokus pada pekerjaan ini dapat mendorong anak untuk melampiaskan kekecewaan mereka dengan meninggalkan rumah (Sjarkawi, 2008).

Kesibukan orangtua yang berkarier tercermin dari lamanya waktu kerja. Menurut data Organisasi Buruh Internasional (ILO), sebagian besar pekerja di Indonesia, baik laki-laki maupun perempuan, bekerja melebihi jam normal. Secara spesifik, 24,9% pekerja perempuan menghabiskan waktu kerja di atas 49 jam per minggu, dan 23,8% bekerja antara 40-48 jam per minggu. Sementara itu, pekerja laki-laki menunjukkan angka yang lebih tinggi; 34,2% bekerja lebih dari 49 jam per minggu, dan 32,8% bekerja 40-48 jam per minggu. Jam kerja ini jauh melampaui definisi kerja penuh, yaitu 35 jam per minggu menurut Badan Pusat Statistik (BPS) dan 40 jam per minggu berdasarkan Undang-Undang Ketenagakerjaan No. 13 tahun 2013.

Durasi jam kerja yang tinggi pada orangtua berkarier dikhawatirkan dapat mengurangi waktu interaksi yang penting untuk menunjang kebahagiaan dan perkembangan emosional anak. Kekhawatiran ini didukung oleh temuan Syahrani & Bahari (2015), yang menunjukkan bahwa minimnya perhatian dan waktu yang diberikan oleh orangtua sibuk dapat menyebabkan motivasi belajar siswa menjadi rendah. Indikator dari rendahnya motivasi ini

meliputi ketidakfokusan pada penjelasan guru, penggunaan ponsel saat jam pelajaran, dan kelalaian dalam menyelesaikan tugas sekolah serta pekerjaan rumah.

Salah satu faktor utama yang berkontribusi pada perilaku agresif siswa adalah tidak terjalannya hubungan yang hangat dan akrab dalam keluarga (Rahayu, 2013). Kondisi ini terjadi akibat sedikitnya kesempatan berinteraksi, orangtua yang sibuk bekerja, dan kurangnya curahan kasih sayang. Perilaku agresif tersebut mencerminkan ketidakbahagiaan seseorang. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Santrock, remaja yang tidak bahagia cenderung menunjukkan perilaku menyimpang dan masalah emosi, seperti yang terlihat dari tindakan membolos, bertengkar, dan berkelahi (Andani, 2017).

Berdasarkan fenomena yang dilansir dari Puhi (2024) menyatakan anak yang kurang diperhatikan akan merasa tidak bahagia dan cenderung menjadi materialistik, karena tidak mendapatkan waktu yang cukup dengan orangtua yang sibuk bekerja atau berkarier. Tempo.co (2019) menyatakan terdapat beberapa dampak negatif keluarga dengan suami istri bekerja atau berkarier, yaitu kesulitan membesarkan anak, anak merasa kesepian, ketidakhadiran sosok ayah atau ibu yang diinginkan anak, kurangnya dukungan emosional, 7 anak merasa diabaikan, masalah keamanan dalam hubungan keluarga, sehingga dampak tersebut dapat mempengaruhi kebahagiaan anak.

Dalam upaya menyelesaikan masalah kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier, Guru BK memiliki peran penting dalam menangani isu kebahagiaan siswa yang terganggu akibat orangtua yang berkarier, khususnya dalam membantu siswa yang mengalami Kes-T (Kehidupan Efektif Sehari-hari Terganggu). Untuk mencapai tujuan ini—yaitu mengupayakan perubahan tingkah laku klien dan tercapainya kehidupan efektif—Guru BK wajib bekerja secara profesional dalam melaksanakan layanan konseling (Sari & Prayitno, 2021). Secara umum, bimbingan dan konseling bertujuan memfasilitasi individu agar dapat mengatasi kesulitan yang dialami, sehingga mereka mampu mengembangkan diri seoptimal mungkin dan menjadi anggota masyarakat yang berguna (Prayitno, 2012).

Adapun layanan bimbingan dan konseling yang dapat dilakukan guru BK untuk menangani permasalahan kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier, yaitu berupa layanan konseling individual, layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok dengan topik materi layanan yang berkaitan 9 dengan kebahagiaan, yaitu strategi mencapai kebahagiaan, menggali potensi dalam diri agar mencapai kebahagiaan, membangun kepercayaan diri siswa dan tips komunikasi intens dalam keluarga. Guru BK juga dapat membantu dalam mengatur sesi konseling keluarga dengan melibatkan orangtua dalam memecahkan masalah keluarga yang mungkin mempengaruhi kebahagiaan siswa.

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah diungkapkan sebelumnya, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini, untuk melihat gambaran kebahagiaan (happiness) siswa yang orangtuanya berkarier di SMA dan pelayanan BK.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif untuk menggambarkan sejauh mana gambaran kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier di SMA. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA dengan kriteria orangtua bekerja atau berkarier. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 644 siswa. Penentuan sampel menggunakan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan gambaran kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier. Adapun kriteria pengambilan sampel dalam penelitian ini, yaitu: siswa SMA yang terdaftar pada tahun ajaran 2023/2024. Siswa laki-laki dan perempuan yang ayah atau ibunya berkarier sebagai sebagai Guru, Polri, Bidan, Pegawai Honorer, dan PNS. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah teknik analisis deskriptif. Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik analisis data presentase dan interval.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Kebahagiaan (Happiness) Siswa yang Orangtuanya Berkarier di SMA Negeri 1 Sungai Limau Berdasarkan hasil penelitian tentang kebahagiaan (happiness) siswa yang orangtuanya berkarier yang dikumpulkan melalui instrumen, diketahui bahwa skor jawaban terendah adalah 35 dan tertinggi adalah 175. Berdasarkan distribusi skor diperoleh rata-rata (mean) 118,22 dan standar deviasi sebesar 13,52. Hasil pengolahan data kebahagiaan (happiness) siswa yang orangtuanya berkarier dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Skor Kebahagiaan (Happiness) Siswa yang Orangtuanya Berkarier (n=37)

Kategori Interval	Interval Skor	f	%
Sangat Tinggi	≥ 147	1	2,70
Tinggi	119 – 146	16	43,24
Sedang	91 – 118	19	51,35
Rendah	63 – 90	1	2,70
Sangat Rendah	≤ 62	0	0,00

Hasil penelitian yang tersaji pada Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 37 siswa yang orangtuanya berkarier, lebih dari separuh (51,35% atau 19 siswa) memiliki tingkat kebahagiaan pada kategori "sedang". Proporsi terbesar kedua berada pada kategori "tinggi" dengan persentase 43,24% (16 siswa). Hanya sebagian kecil siswa yang masuk kategori "sangat tinggi" (2,70%) maupun "rendah" (2,70%), dan tidak ditemukan siswa pada kategori "sangat rendah". Kesimpulannya, tingkat kebahagiaan sebagian besar siswa tersebut cenderung berada di tingkat sedang. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa kebahagiaan (happiness) siswa yang orangtuanya berkarier di SMA Negeri 1 Sungai Limau secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan mayoritas siswa yang orangtuanya berkarier cenderung memiliki kebahagiaan yang sedang, artinya

siswa cukup merasa puas, cukup optimis dan cukup bahagia dengan situasi saat ini, meskipun belum mencapai tingkat kebahagiaan yang sangat tinggi.

Adapun faktor yang menyebabkan kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier berada pada kategori sedang, yaitu meskipun orangtua sibuk dengan kariernya, orangtua tetap menyempatkan waktunya bersama anak-anak pada saat dirumah. Kualitas interaksi antara orangtua dan anak masih terjalin dengan baik, meskipun hubungan antara orangtua dan anak kurang dekat yang disebabkan oleh kesibukan orangtua. Anak masih merasakan kasih sayang orangtua dan dukungan sosial dari keluarga. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Amalia & Linsiya (2024) bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan, dimana semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin tinggi kebahagiaan, dan sebaliknya semakin rendah dukungan keluarga maka semakin rendah pula kebahagiaan.

Kondisi kebahagiaan siswa yang sedang ini perlu untuk ditanggulangi agar siswa mampu untuk merasakan kebahagiaan yang mereka inginkan. Dalam rangka mengatasi rendahnya kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier, penting untuk mencari keseimbangan antara karier dan kehidupan dalam keluarga. Orangtua dapat mencoba untuk memberikan waktu yang cukup untuk komunikasi dengan anak, hadir dalam peristiwa penting, dan memberikan dukungan emosional yang dibutuhkan. Selain itu, komunikasi terbuka antara orangtua dan anak-anak adalah kunci untuk memahami perasaan dan kebutuhan mereka. Sejalan dengan penelitian Herbiyanti (2009) Anak merasa bahagia apabila tinggal dalam keluarga yang lengkap dan utuh, mendapatkan curahan kasih sayang yang memadai, berada di lingkungan yang damai dan harmonis, memiliki fasilitas kebutuhan yang tercukupi, dan mencapai harapan atau cita-cita yang diinginkan, serta memiliki kondisi fisik yang sehat.

Untuk menanggulangi isu rendahnya kebahagiaan siswa, layanan bimbingan dan konseling yang diampu oleh Guru BK dapat menjadi solusi. Sasaran utama layanan BK di sekolah adalah siswa yang membutuhkan panduan arah masa depan, siswa yang tengah dalam proses pencarian identitas diri, dan mereka yang belum memiliki pemahaman diri yang komprehensif. Melalui bantuan Guru BK, siswa-siswa ini dibimbing untuk mengatasi berbagai masalah, baik yang berkaitan dengan akademik maupun kehidupan pribadinya (Sari & Prayitno, 2021).

Adapun layanan yang dapat diberikan oleh guru BK untuk mengatasi rendahnya kebahagiaan siswa yang orangtuanya berkarier, yaitu dengan memberikan layanan konseling individual, layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok. Layanan konseling individual yang dapat diberikan guru BK, yaitu berkaitan dengan dengan perasaan, kekhawatiran, dan stres yang mereka rasakan terkait dengan ketidakhadiran peran orangtua yang dapat mengganggu kebahagiaan mereka, sedangkan layanan informasi yang berkaitan dengan komunikasi, interaksi dan hubungan orangtua dengan anak dengan materi layanan informasi

tentang tips komunikasi intens dalam keluarga dan layanan bimbingan kelompok, yaitu dengan materi membangun kepercayaan diri siswa.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan (*happiness*) siswa yang orangtuanya berkarier secara umum berada di kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa cukup merasa puas, optimis, dan bahagia dengan keadaan mereka saat ini, meskipun mereka belum mencapai tingkat kebahagiaan tertinggi. Oleh karena itu, penelitian ini merekomendasikan agar Guru BK menyusun program layanan yang komprehensif, meliputi:

1. Layanan Konseling Individu: Untuk menangani perasaan, kekhawatiran, dan stres siswa terkait minimnya peran orangtua.
2. Layanan Informasi: Dengan materi mengenai strategi mencapai kebahagiaan, penggalan potensi diri, dan tips komunikasi intens dalam keluarga.
3. Layanan Bimbingan Kelompok: Untuk fokus pada pembangunan kepercayaan diri siswa.

Selain itu, Guru BK didorong untuk bekerja sama dengan orangtua siswa dalam mengatasi masalah kebahagiaan anak.

REFERENSI

- Amalia, R., & Linsiya, R. W. (2024). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kebahagiaan Pada Remaja. *Prosiding Simposium Penelitian Sarjana*, 2, 22–31.
- Andani, M. (2017). *Hubungan antara Kualitas Komunikasi Orangtua terhadap Anak dengan Happiness Remaja*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:150516244>
- Herbiyanti, D. (2009). *Kebahagiaan (Happiness) Pada Remaja Di Daerah Abrasi*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(02), 52–58.
- Pannilage, U. (2017). Impact of Family on Childrens Wellbeing. *Journal of Sociology and Social Work*, 5(7), 149–158.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & am Feld, R. D. (2008). Human development (psikologi perkembangan), Terj. AK Anwar, Kencana, Jakarta, Ed, 9.
- Prayitno, P. (2012). Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling. *Padang: Universitas Negeri Padang*.
- Puhi, F. Z. (2024). *Dampak Kesibukan Kerja Orang Tua Terhadap Akhlak Anak Di Desa Solimandungan Baru Kecamatan Bolaang Kabupaten Bolaang Mongondow*. Skripsi. Manado: Institut Agama Islam Negeri (IAIN).
- Rahayu, N. (2013). Hubungan antara intimasi dalam keluarga dengan tingkah laku agresif siswa. *Konselor*, 2(1).

- Sari, A. K., & Prayitno, Y. K. (2021). Pelayanan profesional guru bimbingan konseling dalam meminimalisir kesalahpahaman tentang bimbingan konseling di sekolah. *Journal Of Education and Teaching Learning (JETL)*, 3(1), 36–49.
- Sjarkawi. (2008). *Pembentukan kepribadian anak: Peran moral, intelektual, emosional, dan sosial sebagai wujud integritas membangun jati diri*. Bumi Aksara.
- Sofyan, S. W. (2005). Remaja dan masalahnya. *Bandung: Alfabeta*.
- Syahrani, K., & Bahari, Y. (2015). Analisis Faktor Orang Tua Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar pada Mata Pelajaran Sosiologi di SMA. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 4(9).
- Tempo.co. (2019). Dampak Negatif Ayah dan Ibu Bekerja pada Anak. *Tempo.Co*.