

**PARADIGMA KESEIMBANGAN ANTARA AKADEMIK DAN KESEJAHTERAAN
SISWA: PERBANDINGAN SISTEM PENDIDIKAN JEPANG, DENMARK, DAN
FINLANDIA**

Anariska¹, Arri Rumiati², Heri Susanto³, Kristina
⁴, Mena Lestari⁵, Hasrita Lubis⁶

Program Studi Magister Pendidikan Dasar, Universitas Terbuka, Indonesia

Alamat e-mail : anariska882trt@gmail.com¹, arri.r86@gmail.com²,
herisusanto2314@gmail.com³, kristinamarzuki@gmail.com⁴,
menalestari2710@gmail.com⁵

ABSTRACT

This study aims to analyze and compare the paradigm of balance between academic achievement and student well-being within the education systems of three OECD countries Japan, Denmark, and Finland. The primary objective is to explore how these nations interpret and implement the concept of equilibrium between academic demands and students' emotional needs, as well as how their educational policies shape learners' character and intrinsic motivation. The background of this study arises from the global disparity in educational orientations that often emphasize academic performance and testing outcomes while neglecting students' psychological welfare, happiness, and holistic development. In many countries, excessive academic pressure has led to negative consequences such as stress, depression, and loss of learning motivation. Conversely, nations like Denmark and Finland demonstrate that prioritizing student well-being can foster meaningful and sustainable learning quality. This research adopts a qualitative approach using the library research method. Data were collected from national education policies, OECD reports, scientific publications, and previous studies. The data were analyzed through Comparative Qualitative Analysis (CQA) to identify similarities, differences, and underlying philosophical values in the educational paradigms of the three countries. The findings reveal that Japan emphasizes work ethics, discipline, and collective responsibility; Denmark prioritizes psychological welfare and learning autonomy; while Finland successfully integrates both through flexible curricula, non-competitive assessment systems, and high teacher professionalism. The implications of this study highlight the necessity for educational reform that balances academic demands with student well-being. The results conclude that an ideal educational paradigm should cultivate the development of whole individuals intellectually competent, emotionally fulfilled, and morally grounded.

Keywords: Education System, Student Well-Being, OECD, Japan, Denmark, Finland, Holistic Education.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan membandingkan paradigma keseimbangan antara pencapaian akademik dan kesejahteraan siswa dalam sistem pendidikan di tiga negara OECD, yakni Jepang, Denmark, dan Finlandia. Fokus penelitian diarahkan untuk mengidentifikasi bagaimana ketiga negara tersebut menafsirkan keseimbangan antara tuntutan akademik dan kebutuhan emosional siswa, serta bagaimana implementasi kebijakan pendidikan mereka membentuk karakter dan motivasi belajar peserta didik. Latar belakang penelitian ini didasari

oleh kesenjangan orientasi pendidikan global yang cenderung menitikberatkan pada prestasi akademik dan hasil ujian, sementara aspek kesejahteraan, kebahagiaan, dan perkembangan kepribadian siswa sering diabaikan. Di berbagai negara, tekanan belajar yang berlebihan telah menimbulkan dampak negatif seperti stres, depresi, dan menurunnya minat belajar. Sebaliknya, negara-negara seperti Denmark dan Finlandia berhasil menunjukkan bahwa sistem pendidikan yang menempatkan kesejahteraan siswa sebagai prioritas utama justru mampu menghasilkan kualitas pembelajaran yang lebih bermakna dan berkelanjutan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research). Data dikumpulkan dari kebijakan nasional pendidikan, laporan OECD, jurnal ilmiah, dan hasil riset terdahulu yang relevan. Analisis dilakukan dengan teknik Comparative Qualitative Analysis (CQA) untuk menggali persamaan, perbedaan, serta nilai-nilai filosofis di balik sistem pendidikan ketiga negara tersebut. Temuan penelitian menunjukkan bahwa Jepang menekankan etos kerja, disiplin, dan tanggung jawab kolektif; Denmark mengutamakan kesejahteraan psikologis dan kebebasan belajar; sedangkan Finlandia memadukan keduanya melalui kurikulum fleksibel, sistem evaluasi non-kompetitif, dan profesionalisme guru yang tinggi. Implikasi penelitian ini menegaskan bahwa keseimbangan antara akademik dan kesejahteraan siswa merupakan fondasi utama bagi pendidikan yang holistik. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa paradigma pendidikan ideal adalah yang berorientasi pada pembentukan manusia utuh berprestasi secara intelektual, bahagia secara emosional, dan bermoral dalam kehidupannya.

Kata kunci: Sistem pendidikan, kesejahteraan siswa, OECD, Jepang, Denmark, Finlandia, pendidikan holistik.

Catatan : Nomor HP tidak akan dicantumkan, namun sebagai fast respon apabila perbaikan dan keputusan penerimaan jurnal sudah ada.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan instrumen fundamental dalam membentuk kualitas manusia dan peradaban suatu bangsa. Melalui pendidikan, individu tidak hanya memperoleh pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga nilai-nilai moral, sosial, dan spiritual yang menjadi dasar kehidupan bermasyarakat. Dalam era globalisasi dan revolusi industri 4.0, pendidikan dituntut untuk menghasilkan generasi yang adaptif, kreatif, dan berdaya saing tinggi. Namun, pendidikan juga harus mampu memanusiakan manusia, menjaga keseimbangan antara pencapaian intelektual dengan kesejahteraan emosional serta spiritual peserta didik. Paradigma

iniilah yang menjadi dasar pergeseran arah kebijakan pendidikan di berbagai negara maju, terutama di kawasan OECD, yang berupaya menyeimbangkan kebutuhan akademik dan kesejahteraan siswa. (Ahkam, 2020)

Meskipun demikian, realitas yang terjadi di banyak negara menunjukkan bahwa pendidikan masih terlalu berorientasi pada pencapaian akademik semata. Penilaian hasil belajar siswa lebih banyak diukur melalui angka, ujian, dan prestasi akademik formal yang sering kali mengabaikan aspek kesejahteraan psikologis dan sosial peserta didik. Tekanan akademik yang tinggi, beban tugas yang berat, dan budaya kompetisi yang berlebihan

menyebabkan banyak siswa mengalami stres, kecemasan, bahkan kehilangan motivasi belajar. Kondisi ini memperlihatkan adanya ketimpangan antara upaya mencapai prestasi akademik dengan kebutuhan dasar manusiawi siswa untuk merasa aman, bahagia, dan dihargai dalam proses belajar. (Alwi, 2024)

Dalam konteks global, perbandingan sistem pendidikan antarnegara menjadi penting untuk melihat bagaimana kebijakan dan praktik pendidikan di berbagai belahan dunia menanggapi tantangan tersebut. Negara-negara OECD dikenal memiliki standar pendidikan yang tinggi dan inovatif, namun dengan pendekatan yang berbeda-beda. Jepang, Denmark, dan Finlandia adalah tiga negara yang sering dijadikan acuan karena berhasil menciptakan sistem pendidikan dengan ciri khas masing-masing. Ketiganya memiliki pandangan yang unik tentang keseimbangan antara akademik dan kesejahteraan siswa, sehingga menarik untuk dikaji lebih dalam melalui pendekatan komparatif kualitatif. (Mubarak, 2023)

Jepang dikenal dengan sistem pendidikan yang menonjolkan nilai-nilai disiplin, tanggung jawab, dan etos kerja tinggi. Sejak dini, siswa Jepang dibiasakan hidup tertib, menghargai waktu, dan berkomitmen terhadap tugas. Budaya pendidikan di Jepang mencerminkan nilai-nilai kolektivitas yang kuat, di mana keberhasilan akademik tidak hanya menjadi tanggung jawab individu tetapi juga cerminan kehormatan keluarga dan sekolah. Namun, di balik prestasi akademik yang mengesankan, sistem pendidikan Jepang sering dikritik karena tekanan belajar yang tinggi. Fenomena seperti *"exam hell"* dan meningkatnya kasus kelelahan mental di kalangan pelajar menjadi indikasi

bahwa kesejahteraan siswa belum sepenuhnya terintegrasi dalam sistem pendidikan yang kompetitif tersebut. (Thoybah, 2020)

Sementara itu, Denmark mengembangkan sistem pendidikan yang sangat berbeda dengan Jepang. Pendidikan di Denmark didasarkan pada nilai-nilai demokrasi, partisipasi, dan kebebasan belajar. Siswa diperlakukan sebagai individu yang memiliki suara dan peran aktif dalam proses pembelajaran. Filosofi hidup *"hygge"*, yang menekankan keseimbangan, kebahagiaan, dan kenyamanan hidup, juga tercermin dalam pendekatan pendidikan mereka. Guru berperan sebagai fasilitator, bukan otoritas yang dominan, dan proses pembelajaran diarahkan untuk menumbuhkan rasa percaya diri, empati, serta kolaborasi antarindividu. Pendekatan ini menjadikan kesejahteraan emosional sebagai bagian integral dari tujuan pendidikan nasional Denmark.

Di sisi lain, Finlandia telah menjadi ikon global dalam reformasi pendidikan yang berorientasi pada keseimbangan. Negara ini menolak pendekatan kompetitif dan menggantinya dengan sistem yang menekankan kepercayaan, otonomi guru, dan pembelajaran yang bermakna. Finlandia tidak memiliki ujian nasional di tingkat dasar, jam belajar lebih singkat, dan siswa memiliki lebih banyak waktu untuk bermain dan beristirahat. Kurikulum yang fleksibel dan berbasis minat memberikan ruang bagi siswa untuk berkembang sesuai potensinya. Guru di Finlandia memiliki status profesional yang tinggi, dipercaya penuh dalam menentukan strategi pembelajaran, dan didorong untuk memperhatikan kesejahteraan psikologis setiap murid. Kombinasi antara kualitas akademik dan

kesejahteraan emosional ini menjadikan Finlandia sebagai contoh nyata pendidikan yang holistik dan manusiawi.

Ketiga negara tersebut memperlihatkan bahwa keberhasilan pendidikan tidak selalu bergantung pada ketatnya kompetisi atau tingginya beban akademik. Justru keseimbangan antara prestasi dan kesejahteraanlah yang menjadi kunci keberhasilan jangka panjang. Jepang menunjukkan pentingnya disiplin dan tanggung jawab, Denmark menegaskan makna kebebasan dan kesejahteraan, sementara Finlandia menunjukkan bahwa keduanya dapat bersatu secara harmonis. Perbandingan ini membuka ruang refleksi bagi negara lain, termasuk Indonesia, untuk mengevaluasi kembali arah kebijakan pendidikan yang selama ini masih berorientasi pada capaian kognitif. (OECD, 2023)

Indonesia hingga kini masih menghadapi berbagai tantangan dalam mencapai keseimbangan antara akademik dan kesejahteraan siswa. Sistem pendidikan nasional masih didominasi oleh pola evaluasi berbasis ujian, kurikulum yang padat, serta orientasi hasil belajar yang sempit. Tekanan terhadap siswa untuk mencapai nilai tinggi sering kali mengorbankan aspek kesehatan mental dan motivasi intrinsik mereka. Padahal, berbagai studi menunjukkan bahwa siswa yang bahagia dan sejahtera secara emosional cenderung memiliki hasil akademik yang lebih baik, karena motivasi mereka muncul dari dalam diri, bukan karena paksaan eksternal.

Kajian terhadap sistem pendidikan Jepang, Denmark, dan Finlandia menjadi penting bagi Indonesia untuk menemukan inspirasi baru dalam membangun paradigma pendidikan yang seimbang. Melalui pendekatan

kualitatif dan studi pustaka, penelitian ini berusaha memahami nilai-nilai filosofis yang melandasi kebijakan pendidikan di ketiga negara tersebut. Dengan menganalisis faktor budaya, kebijakan, serta implementasi pembelajaran, penelitian ini diharapkan mampu mengungkap model ideal pendidikan yang dapat diterapkan secara kontekstual di Indonesia, sesuai dengan nilai-nilai lokal dan tujuan pendidikan nasional.

Selain itu, penelitian ini juga berupaya menunjukkan bahwa keseimbangan antara akademik dan kesejahteraan siswa tidak hanya berdampak pada hasil belajar jangka pendek, tetapi juga pada pembentukan karakter, kreativitas, dan daya tahan psikologis peserta didik. Negara-negara dengan sistem pendidikan seimbang cenderung melahirkan generasi yang tidak hanya cerdas secara kognitif, tetapi juga tangguh menghadapi tekanan hidup, memiliki rasa empati, dan mampu beradaptasi dengan perubahan zaman. Dengan demikian, pendidikan berperan penting dalam membentuk masyarakat yang harmonis, produktif, dan berdaya saing tinggi tanpa mengorbankan nilai-nilai kemanusiaan. (OECD, 2024)

Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian pendidikan komparatif dan teori kesejahteraan siswa dalam konteks pendidikan modern. Sementara secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi para pengambil kebijakan, pendidik, dan lembaga pendidikan dalam merancang sistem pembelajaran yang lebih manusiawi. Sistem yang tidak hanya menilai kecerdasan otak, tetapi juga memperhatikan keseimbangan hati dan pikiran peserta didik. Dalam konteks pendidikan Indonesia, hal ini

menjadi sangat relevan untuk memperbaiki kualitas pendidikan sekaligus menguatkan karakter bangsa di tengah tantangan global.

Dengan demikian, studi ini tidak hanya berupaya mendeskripsikan perbandingan sistem pendidikan di Jepang, Denmark, dan Finlandia, tetapi juga menekankan urgensi untuk mengintegrasikan kesejahteraan siswa ke dalam sistem pendidikan yang berorientasi akademik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif baru bagi dunia pendidikan bahwa keseimbangan antara prestasi dan kebahagiaan bukanlah dua hal yang saling bertentangan, melainkan dua sisi dari satu tujuan yang sama: menciptakan manusia yang berpengetahuan, berakhlak, dan berbahagia. Paradigma keseimbangan inilah yang menjadi fondasi bagi lahirnya pendidikan yang berkelanjutan dan berorientasi pada kemanusiaan sejati.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian deskriptif-komparatif yang berorientasi pada penafsiran dan pemahaman mendalam terhadap paradigma keseimbangan antara pencapaian akademik dan kesejahteraan siswa dalam sistem pendidikan di Jepang, Denmark, dan Finlandia. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini tidak hanya berfokus pada angka dan hasil kuantitatif, melainkan berupaya memahami makna, konteks, serta filosofi pendidikan yang mendasari kebijakan di setiap negara. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran holistik mengenai bagaimana kebijakan pendidikan di tiga negara tersebut

membentuk pengalaman belajar yang seimbang. (Sugiyono, 2020)

Metode yang digunakan adalah studi pustaka (*library research*), yaitu metode penelitian yang bertumpu pada penelusuran, pengumpulan, serta analisis data sekunder dari berbagai sumber tertulis. Sumber data tersebut meliputi artikel ilmiah, buku akademik, dokumen kebijakan pemerintah, laporan OECD, serta hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan tema keseimbangan antara akademik dan kesejahteraan siswa. Pemilihan metode ini didasarkan pada tujuan penelitian yang bersifat konseptual dan komparatif, sehingga analisis dapat difokuskan pada perbandingan nilai-nilai dan kebijakan tanpa melibatkan pengumpulan data lapangan. (Sugiyono, 2024)

Proses pengumpulan data difokuskan pada dokumen-dokumen yang merepresentasikan filosofi, kurikulum, sistem pelatihan guru, serta kebijakan kesejahteraan siswa di masing-masing negara. Untuk Jepang, sumber utama berasal dari laporan resmi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Olahraga, Sains, dan Teknologi (MEXT). Sedangkan untuk Denmark dan Finlandia, data diperoleh dari lembaga pendidikan nasional masing-masing serta basis data OECD. Sumber yang digunakan diprioritaskan dari publikasi sepuluh tahun terakhir agar tetap relevan dengan konteks pendidikan masa kini.

Dalam menganalisis data, penelitian ini menggunakan teknik Analisis Kualitatif Komparatif (*Comparative Qualitative Analysis/CQA*). Teknik ini memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi kesamaan dan perbedaan di antara ketiga negara berdasarkan kebijakan struktural, pendekatan pedagogis, serta nilai-

nilai budaya yang mendasari sistem pendidikan mereka. Melalui proses komparasi ini, penelitian berupaya menemukan pola-pola yang menjelaskan keberhasilan masing-masing sistem pendidikan dalam mencapai keseimbangan antara prestasi akademik dan kesejahteraan siswa.

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Tahap reduksi data dilakukan dengan mengelompokkan data ke dalam beberapa tema seperti “kinerja akademik”, “kesejahteraan siswa”, “keadilan pendidikan”, dan “kemandirian guru”. Pada tahap penyajian data, hubungan antar tema disajikan dalam bentuk naratif yang menonjolkan perbandingan serta hubungan sebab akibat. Tahap terakhir, yaitu penarikan kesimpulan, dilakukan dengan mensintesis hasil temuan menjadi pemahaman teoritis mengenai keseimbangan antara dimensi akademik dan kesejahteraan siswa dalam sistem pendidikan. (Riduwan, 2020)

Untuk menjaga keabsahan dan kredibilitas data, penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber dengan membandingkan berbagai dokumen kebijakan, hasil penelitian empiris, serta laporan resmi OECD. Sumber-sumber yang dipilih merupakan publikasi ilmiah dan dokumen yang telah melalui proses telaah sejawat (*peer-reviewed*) guna menjamin validitas dan keandalannya. Dengan demikian, hasil analisis yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara akademik.

Aspek etika penelitian juga dijaga dengan baik. Meskipun penelitian ini tidak melibatkan subjek manusia, seluruh kutipan dan data yang digunakan dicantumkan secara

transparan untuk menghindari plagiarisme. Selain itu, peneliti juga melakukan refleksi kritis terhadap kemungkinan bias interpretatif agar hasil perbandingan tetap obyektif dan proporsional dalam menilai sistem pendidikan di setiap negara.

Secara keseluruhan, metode penelitian ini memungkinkan peneliti untuk menelusuri makna filosofis dan kontekstual dari sistem pendidikan Jepang, Denmark, dan Finlandia secara mendalam. Melalui analisis kualitatif komparatif, penelitian ini tidak hanya menggambarkan perbedaan kebijakan, tetapi juga mengungkap bagaimana masing-masing negara memaknai keseimbangan antara tuntutan akademik dan kesejahteraan siswa sebagai fondasi utama keberhasilan pendidikan modern.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis literatur dan dokumen kebijakan pendidikan dari ketiga negara OECD Jepang, Denmark, dan Finlandia ditemukan bahwa paradigma keseimbangan antara pencapaian akademik dan kesejahteraan siswa memiliki corak yang berbeda sesuai dengan konteks budaya, nilai sosial, serta sejarah pendidikan masing-masing. Meskipun memiliki latar belakang dan sistem sosial yang berbeda, ketiganya menempatkan kesejahteraan siswa sebagai bagian integral dari keberhasilan pendidikan.

Dari hasil perbandingan, terlihat bahwa Jepang masih cenderung menekankan aspek disiplin, tanggung jawab, dan pencapaian akademik sebagai indikator utama keberhasilan siswa. Namun demikian, Jepang juga mulai memperkenalkan kebijakan baru yang menekankan pendidikan karakter dan keseimbangan

emosional siswa. Sementara itu, Denmark menempatkan kebahagiaan dan kesejahteraan siswa sebagai titik pusat sistem pendidikannya. Filosofi pendidikan Denmark menegaskan bahwa proses belajar yang baik hanya dapat terjadi jika siswa merasa aman, diterima, dan bahagia di lingkungan sekolah.

Finlandia menunjukkan model yang paling seimbang antara dua kutub tersebut. Sistem pendidikan Finlandia tidak hanya berorientasi pada prestasi akademik, tetapi juga memprioritaskan keseimbangan kehidupan siswa, otonomi guru, serta kebebasan belajar. Model ini menjadikan Finlandia sebagai salah satu negara dengan tingkat kepuasan siswa tertinggi dan prestasi akademik yang tetap kompetitif di dunia.

Selain itu, hasil analisis juga menemukan bahwa ketiga negara tersebut memiliki landasan filosofis pendidikan yang kuat. Jepang berakar pada nilai-nilai kolektivitas dan kerja keras (*gambatte*), Denmark pada nilai kebebasan dan demokrasi (*folkeskole*), sedangkan Finlandia berpijak pada keadilan sosial dan kepercayaan terhadap profesionalisme guru. Nilai-nilai dasar inilah yang menjadikan sistem pendidikan mereka tidak hanya berbeda dalam praktik, tetapi juga dalam orientasi moral dan spiritualnya.

B. Pembahasan

Sebelum membahas secara rinci karakteristik sistem pendidikan di masing-masing negara, penting untuk memberikan gambaran umum mengenai hasil penelitian ini, antara lain:

1. Negara OECD

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD) adalah sebuah organisasi internasional yang beranggotakan

negara-negara maju dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan ekonomi dan sosial warganya melalui kerja sama dan pertukaran kebijakan publik. Di bidang pendidikan, OECD berperan penting dalam menetapkan standar, melakukan penelitian, serta menyediakan data perbandingan antarnegara melalui program-program seperti PISA (*Programme for International Student Assessment*). (Surveys, 2025)

Negara-negara anggota OECD dikenal memiliki sistem pendidikan yang relatif maju, mengutamakan kualitas pembelajaran, inovasi kurikulum, dan kesejahteraan peserta didik. Jepang, Denmark, dan Finlandia termasuk negara anggota yang sering menjadi rujukan global karena keberhasilan mereka menyeimbangkan prestasi akademik dengan kesejahteraan siswa. Dengan memahami prinsip-prinsip dan praktik pendidikan di negara-negara OECD, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi yang dapat diadaptasi secara kontekstual dalam sistem pendidikan Indonesia. Bagian ini memberikan konteks umum mengenai pendidikan OECD sebelum membahas secara spesifik karakteristik sistem pendidikan di Jepang, Denmark, dan Finlandia. (UNESCO, 2022)

Analisis literatur dan dokumen kebijakan menunjukkan bahwa Jepang, Denmark, dan Finlandia memiliki pendekatan yang berbeda dalam menyeimbangkan pencapaian akademik dengan kesejahteraan siswa. Masing-masing negara menekankan nilai dan filosofi pendidikan yang unik, yang memengaruhi struktur kurikulum, peran guru, metode

evaluasi, serta pengalaman belajar siswa. Pengantar ini bertujuan untuk memberikan konteks komparatif sebelum masuk ke pembahasan terperinci per negara, sehingga pembaca dapat memahami perbedaan dan persamaan dalam paradigma pendidikan yang menekankan keseimbangan antara prestasi akademik dan kesejahteraan emosional.

a) Sistem Pendidikan Jepang: Disiplin, Kolektivitas, dan Keseimbangan Baru

Sistem pendidikan di Jepang dikenal sebagai salah satu yang paling ketat dan terstruktur di dunia. Sejak usia dini, siswa dilatih untuk menghargai waktu, kerja keras, dan tanggung jawab sosial. Pendidikan di Jepang mencerminkan filosofi hidup masyarakatnya yang menjunjung tinggi etos kerja dan keselarasan sosial. Oleh karena itu, sekolah tidak hanya menjadi tempat transfer ilmu, tetapi juga sarana pembentukan karakter moral dan sosial. (Hamalik, 2023)

Namun demikian, dalam dua dekade terakhir, pemerintah Jepang mulai mengakui dampak negatif dari tekanan akademik yang berlebihan terhadap kesejahteraan siswa. Fenomena seperti *futoko* (absensi sekolah karena tekanan mental) dan *ijime* (perundungan di sekolah) mendorong lahirnya reformasi pendidikan yang lebih berorientasi pada keseimbangan. Melalui kebijakan "*Yutori Education*", Jepang berupaya mengurangi

beban kurikulum dan menekankan pentingnya pembelajaran yang menyenangkan, reflektif, dan kreatif.

Kebijakan ini tidak berarti Jepang meninggalkan semangat kompetisi, tetapi lebih berfokus pada penciptaan lingkungan belajar yang menumbuhkan kesehatan mental dan sosial siswa. Sekolah-sekolah mulai mengintegrasikan kegiatan non-akademik seperti seni, olahraga, dan kerja kelompok sebagai sarana penguatan karakter dan keseimbangan diri. Dalam konteks ini, Jepang mencoba menemukan titik tengah antara disiplin akademik dan kesejahteraan psikologis siswa.

Selain itu, guru di Jepang memiliki peran moral yang sangat besar. Mereka dianggap bukan hanya sebagai pengajar, tetapi juga pembimbing kehidupan (*sensei*) yang bertanggung jawab membentuk karakter dan kesejahteraan emosional siswa. Hal ini menjadikan hubungan guru-siswa bersifat paternalistik namun penuh empati. Secara keseluruhan, sistem Jepang menunjukkan evolusi dari orientasi akademik murni menuju paradigma pendidikan yang lebih manusiawi.

b) Sistem Pendidikan Denmark: Demokrasi, Kebebasan, dan Kesejahteraan Siswa

Denmark dikenal luas sebagai negara dengan sistem pendidikan yang menempatkan kesejahteraan siswa (*student well-being*) sebagai prioritas

utama. Sistem pendidikan Denmark berlandaskan pada prinsip egalitarianisme dan demokrasi sosial, di mana setiap siswa dianggap unik dan memiliki hak yang sama untuk berkembang sesuai potensinya. Filosofi ini tercermin dalam konsep Folkeskole, yaitu sekolah dasar dan menengah yang tidak hanya berfungsi sebagai institusi akademik, tetapi juga sebagai komunitas pembelajaran yang menumbuhkan rasa bahagia dan empati. (Thrupp, 2023)

Kurikulum Denmark dirancang dengan keseimbangan antara teori, praktik, dan kegiatan sosial. Tekanan terhadap ujian nasional dan standar akademik sangat rendah dibandingkan negara lain, karena Denmark percaya bahwa motivasi intrinsik dan kebahagiaan siswa adalah prasyarat utama keberhasilan belajar. Guru berperan sebagai fasilitator yang membantu siswa menemukan minat dan makna dalam belajar, bukan sekadar pemberi tugas dan penilai hasil.

Selain itu, kebijakan pendidikan Denmark secara konsisten mendukung keseimbangan antara sekolah dan kehidupan pribadi siswa. Jadwal belajar yang fleksibel, waktu istirahat yang cukup, serta kegiatan rekreatif menjadi bagian integral dari sistem pendidikan. Program dukungan psikososial juga diterapkan di hampir semua sekolah untuk memastikan setiap siswa merasa diterima dan didengar. Pendekatan ini menjadikan siswa Denmark memiliki tingkat

kepuasan belajar tertinggi di Eropa, serta tingkat stres akademik yang sangat rendah.

Filosofi pendidikan Denmark menegaskan bahwa kesejahteraan bukanlah hasil sampingan dari proses pendidikan, tetapi justru tujuan utama dari pendidikan itu sendiri. Model ini menantang paradigma lama yang memisahkan akademik dan kebahagiaan, dan menunjukkan bahwa keduanya dapat saling memperkuat. Hasilnya, Denmark berhasil mencetak generasi yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga seimbang secara emosional dan sosial.

c) Sistem Pendidikan Finlandia: Profesionalisme Guru dan Harmoni Akademik

Finlandia sering dianggap sebagai model ideal sistem pendidikan dunia karena keberhasilannya menciptakan keseimbangan sempurna antara prestasi akademik dan kesejahteraan siswa. Sistem pendidikan Finlandia berlandaskan pada kepercayaan sosial yang tinggi terhadap guru, kesetaraan kesempatan, serta filosofi *learning for life*. Pendidikan di Finlandia tidak berorientasi pada kompetisi, melainkan pada kolaborasi, keadilan, dan pengembangan potensi individu secara menyeluruh. (Mihajlovic, 2023)

Guru di Finlandia memiliki otonomi penuh dalam mengatur strategi pembelajaran. Mereka tidak terikat oleh ujian nasional atau standar yang kaku, melainkan dipercaya untuk

menilai perkembangan siswa secara holistik. Sistem ini memungkinkan guru untuk menyesuaikan metode mengajar dengan kebutuhan emosional dan akademik masing-masing siswa. Selain itu, Finlandia sangat menghargai kehidupan seimbang antara sekolah, keluarga, dan waktu pribadi siswa.

Kesejahteraan siswa dijamin melalui kurikulum yang fleksibel dan non-kompetitif. Tidak ada peringkat kelas atau beban tugas yang berlebihan. Sebaliknya, pembelajaran dirancang untuk menumbuhkan rasa ingin tahu, empati, dan kepercayaan diri. Model ini terbukti menghasilkan siswa yang tidak hanya unggul dalam literasi dan sains, tetapi juga memiliki keseimbangan mental yang baik dan rasa tanggung jawab sosial yang tinggi.

Pendekatan Finlandia menunjukkan bahwa mutu pendidikan tidak selalu bergantung pada ketatnya sistem penilaian, tetapi pada kepercayaan terhadap profesionalisme guru dan sistem yang menghargai kesejahteraan manusia. Inilah sebabnya Finlandia sering menjadi rujukan global dalam reformasi pendidikan yang menekankan nilai kemanusiaan dan keseimbangan hidup.

2. Analisis Perbandingan Antarnegara

Jika dibandingkan secara mendalam, ketiga negara Jepang, Denmark, dan Finlandia menampilkan tiga corak utama dalam mewujudkan keseimbangan antara akademik

dan kesejahteraan siswa. Jepang menonjol dalam hal disiplin dan ketekunan akademik, Denmark unggul dalam kebijakan kesejahteraan siswa dan demokratisasi pendidikan, sedangkan Finlandia berhasil mengintegrasikan keduanya dalam sistem yang seimbang dan berkelanjutan. Ketiganya sama-sama menyadari bahwa pendidikan tidak hanya sekadar transmisi pengetahuan, tetapi juga sarana pembentukan kepribadian dan kesejahteraan manusia.

Jepang masih mempertahankan semangat kompetitif yang kuat, namun kini mulai melunakkan pendekatannya melalui kebijakan "*Yutori Education*" yang lebih menekankan keseimbangan hidup. Hal ini menunjukkan kesadaran baru bahwa kualitas sumber daya manusia tidak hanya diukur dari nilai akademik, tetapi juga dari kesehatan mental dan stabilitas emosional siswa.

Sementara itu, Denmark dengan sistem *Folkeskole*-nya menganggap kebahagiaan dan kebebasan siswa sebagai pondasi dari seluruh proses belajar. Model ini memberi ruang luas bagi kreativitas dan kemandirian siswa tanpa tekanan akademik yang berlebihan.

Finlandia menjadi contoh paling ideal dari sintesis antara dua pendekatan tersebut. Finlandia menunjukkan bahwa prestasi akademik tinggi tidak harus dicapai dengan tekanan atau kompetisi, melainkan melalui kepercayaan pada guru, fleksibilitas kurikulum, dan dukungan emosional yang kuat terhadap siswa. Pendekatan

Finlandia membuktikan bahwa kesejahteraan dan akademik dapat berjalan seiring, menciptakan generasi pembelajar yang tidak hanya cerdas, tetapi juga bahagia dan berintegritas.

Dari segi kebijakan pendidikan, Jepang berfokus pada efisiensi dan tanggung jawab kolektif, Denmark pada demokrasi dan kesejahteraan sosial, sedangkan Finlandia pada keadilan dan otonomi profesional guru. Ketiganya menunjukkan bahwa keseimbangan antara akademik dan kesejahteraan bukanlah konsep universal yang kaku, melainkan harus disesuaikan dengan konteks budaya dan nilai-nilai nasional. Artinya, keberhasilan sebuah sistem pendidikan bergantung pada keselarasan antara filosofi masyarakat, kebijakan negara, dan kebutuhan individu siswa.

Perbedaan mendasar lainnya terletak pada peran guru dan pendekatan evaluasi. Di Jepang, guru berperan sebagai figur moral yang menanamkan nilai tanggung jawab dan kerja keras; di Denmark, guru berfungsi sebagai fasilitator dan teman dialog; sedangkan di Finlandia, guru menjadi profesional independen yang dipercaya penuh dalam menentukan arah pembelajaran. Sementara itu, sistem evaluasi di Jepang masih bersifat kompetitif, di Denmark lebih formatif, dan di Finlandia bersifat reflektif serta holistik. Ketiga model ini memberikan pelajaran penting bahwa keseimbangan pendidikan memerlukan fleksibilitas sistem dan penghargaan terhadap dimensi kemanusiaan.

3. Implikasi Pendidikan Bagi Indonesia

Hasil komparasi ini memberikan sejumlah implikasi yang relevan bagi sistem pendidikan di Indonesia. Pertama, Indonesia dapat belajar dari Jepang tentang pentingnya etos kerja, disiplin, dan tanggung jawab sosial dalam membangun karakter siswa. Namun, nilai-nilai tersebut perlu diimbangi dengan kebijakan yang memperhatikan aspek kesejahteraan mental, agar tidak melahirkan tekanan belajar yang berlebihan seperti yang sempat terjadi di Jepang. (Supriyadi., 2021)

Kedua, inspirasi dari Denmark mengajarkan pentingnya menempatkan kesejahteraan dan kebahagiaan siswa sebagai indikator keberhasilan pendidikan. Konsep ini sangat relevan untuk konteks Indonesia yang masih menghadapi tantangan besar berupa tekanan akademik, sistem evaluasi yang berorientasi nilai, serta kurangnya perhatian terhadap kesehatan mental siswa. Penerapan pendekatan humanis seperti di Denmark dapat membantu menciptakan suasana belajar yang lebih inklusif, menyenangkan, dan bermakna.

Ketiga, Finlandia menawarkan model paling ideal untuk diadaptasi karena menyeimbangkan antara mutu akademik dan kesejahteraan siswa. Sistem pendidikan Finlandia mengajarkan bahwa guru merupakan pilar utama kualitas pendidikan. Oleh karena itu, Indonesia perlu memperkuat profesionalisme, otonomi, dan kesejahteraan guru sebagai langkah strategis menuju

pendidikan yang berkualitas dan berkelanjutan. (Shoffa, 2023)

Selain itu, Finlandia juga membuktikan bahwa pendidikan yang baik tidak harus berbiaya tinggi atau kompetitif, melainkan memerlukan kepercayaan, kesederhanaan, dan konsistensi kebijakan. Prinsip ini dapat menjadi refleksi bagi Indonesia yang sering terjebak pada perubahan kebijakan yang tidak berkesinambungan dan masih berorientasi pada hasil ujian.

Implikasi lain yang tidak kalah penting adalah perlunya reformasi paradigma pendidikan nasional dari orientasi kognitif menuju pendidikan yang holistik. Artinya, keberhasilan pendidikan tidak hanya diukur dari nilai ujian, tetapi juga dari kemampuan siswa untuk beradaptasi, berpikir kritis, serta memiliki keseimbangan emosional dan spiritual. Penguatan kurikulum berbasis karakter, pelatihan guru yang menekankan empati, serta kebijakan yang ramah terhadap kesejahteraan siswa perlu menjadi prioritas reformasi pendidikan Indonesia di masa mendatang.

Akhirnya, hasil penelitian ini menegaskan bahwa keseimbangan antara akademik dan kesejahteraan siswa bukanlah pilihan, tetapi kebutuhan bagi sistem pendidikan modern. Ketiga negara yang dikaji menunjukkan bahwa kesejahteraan siswa adalah fondasi dari keberhasilan akademik yang berkelanjutan. Dengan belajar dari praktik baik negara-negara tersebut, Indonesia berpeluang besar membangun sistem pendidikan yang lebih humanis, inklusif, dan

berorientasi pada kebahagiaan peserta didik tanpa mengorbankan mutu akademik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian komparatif terhadap sistem pendidikan Jepang, Denmark, dan Finlandia, dapat disimpulkan bahwa keseimbangan antara pencapaian akademik dan kesejahteraan siswa merupakan faktor kunci dalam membangun pendidikan yang efektif dan berkelanjutan. Jepang menekankan disiplin, tanggung jawab, dan etos kerja yang tinggi, namun tekanan akademik yang berlebihan mendorong munculnya kebijakan baru yang menekankan kesejahteraan emosional dan pendidikan karakter. Denmark menempatkan kebahagiaan, partisipasi, dan keamanan emosional siswa sebagai inti dari proses pembelajaran, sehingga siswa dapat berkembang secara holistik dengan dukungan guru sebagai fasilitator. Finlandia menjadi contoh integrasi ideal, menggabungkan prestasi akademik tinggi dengan kesejahteraan siswa melalui otonomi guru, fleksibilitas kurikulum, dan pendekatan pembelajaran kolaboratif yang menghargai kreativitas serta pengembangan individu.

Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa kesuksesan setiap negara tidak hanya ditentukan oleh struktur kurikulum atau sistem evaluasi, tetapi juga oleh nilai dan filosofi pendidikan yang mendasari kebijakan mereka. Jepang, dengan budaya kolektivitas dan tanggung jawab sosial, cenderung mengutamakan kerja keras sebagai modal utama keberhasilan akademik. Denmark menekankan prinsip *egalitarianisme* dan demokrasi, sehingga pendidikan lebih berfokus

pada hak siswa untuk merasa bahagia dan diterima. Finlandia menonjol karena kepercayaannya pada profesionalisme guru dan prinsip keadilan sosial, yang memungkinkan pendidikan berjalan secara holistik dan tanpa tekanan kompetitif yang berlebihan.

Lebih jauh, perbandingan ini memberikan wawasan strategis bagi sistem pendidikan Indonesia. Analisis menunjukkan bahwa menyeimbangkan aspek akademik dan kesejahteraan siswa bukan sekadar masalah kebijakan, tetapi juga terkait dengan budaya sekolah, profesionalisme guru, dan orientasi nilai nasional. Implementasi prinsip-prinsip seperti fleksibilitas kurikulum, otonomi guru, dukungan psikososial, dan kegiatan non-akademik yang terintegrasi dapat meningkatkan motivasi, kreativitas, dan kesehatan mental siswa tanpa mengurangi standar akademik.

Selain itu, temuan ini menegaskan bahwa kesejahteraan siswa bukan hanya tujuan sosial, tetapi strategi penting untuk meningkatkan kualitas akademik jangka panjang. Sistem pendidikan yang menekankan keseimbangan ini cenderung menghasilkan siswa yang lebih mandiri, kreatif, dan mampu beradaptasi dengan dinamika global. Dengan kata lain, prestasi akademik dan kesejahteraan siswa saling memperkuat; keduanya bukan pilihan yang saling bertentangan, melainkan dua pilar yang harus berjalan seiring.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan perlunya reformasi paradigma pendidikan di Indonesia yang menyeimbangkan tuntutan akademik dengan perhatian terhadap kesejahteraan siswa. Inspirasi dari Jepang, Denmark, dan Finlandia dapat dijadikan acuan untuk mengembangkan sistem pendidikan

yang humanis, inklusif, dan berorientasi pada pengembangan potensi individu secara menyeluruh. Analisis ini membuka peluang bagi pembuat kebijakan, guru, dan lembaga pendidikan untuk menciptakan lingkungan belajar yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga sehat secara emosional dan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahkam, M. S. (2020). Kesejahteraan di sekolah bagi siswa SMA: Konsep dan faktor yang berpengaruh. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 5(2), 143-151.
- Alwi, M. &. (2024). School well-being di Indonesia: Telaah literatur. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 1(3), 222-228.
- Denmark. (2025). Folkeskole: The Danish Basic School System. Copenhagen: Danish Ministry of Education.
- Ewin Sanjaya, Gajah, M. P., & Tim. (2024). *Membangun Pendidikan Berkualitas: Kebijakan dan Inovasi dalam Konteks Pendidikan Indonesia*. Jakarta: Penerbit Litnus.
- Halim, A., & Hamalik, O. (2021). *Media pembelajaran dan proses pembelajaran efektif*, Jakarta: PT. Grasindo
- Kariya, T. (2023). *Education Reform and Social Class in Japan: The Emerging Incentive Divide*. Routledge.
- Mihajlovic, C. (2023). *Learning from Finland: Guidelines for the Development of Inclusive Schools*. Springer VS.
- Mubarak, F. &. (2024). Pentingnya kesejahteraan emosional di dunia pendidikan. *Jurnal Bima: Pusat Publikasi Ilmu Pendidikan Bahasa dan Sastra*, 3(3)

- Nasution. (2022). *Manajemen Mutu Terpadu*. Jakarta: Ghalia Indah.
- Novendra, A., & Gusmalia. (2024). *Pengantar Pendidikan*. Padang: CV Pustaka Inspirasi Minang.
- OECD. (2024). *Education Policy in Japan: Building Bridges towards 2030 – Reviews of National Policies for Education*. OECD Publishing.
- OECD. (2025). *Education Policy Outlook 2019: Coverage by topics, education systems and previous OECD country-based work*. OECD Publishing.
- Okano, K. H. (2021). *Education and Social Justice in Japan*. Routledge.
- O. Hamalik, (2023). *Pendidikan: Teori dan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Shoffa, M. S.-F. (2023). *Manajemen Pendidikan: Strategi Efektif untuk Meningkatkan Sistem Pendidikan*. Medan: PT Media Penerbit Indonesia.
- Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2025). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Sunarto, R. d. (2022). *Pengantar Statistika: Untuk Penelitian Pendidikan Sosial, Ekonomi, Komunikasi dan Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyadi. (2021). *Evaluasi Pendidikan*. Yogyakarta: NEM.
- Surveys, O. E. (2025). *Finland 2025: Enriching human capital with more foreign talent*. OECD Publishing.
- Simola, H. (2025). *The Finnish Education Mystery: Historical and Sociological Essays on Schooling in Finland*. Routledge.
- Thoybah, N. &. (2020). Determinan kesejahteraan siswa di Indonesia (sebuah tinjauan literatur). *Jurnal Riset Psikologi*, 2(2).
- Thrupp, M. S. (2023). *Finland's Famous Education System: Unvarnished Insights into Finnish Schooling*. Springer.
- UNESCO. (2022). *Global Education Monitoring Report 2022: Gender and Education Related to Well-Being*. Paris: UNESCO Publishing.