

NASKAH PUBLIKASI

**GAMBARAN PSYCOLOGYCAL WELL BEING GURU
DI SMP MUHAMMADIYAH 9 WATUKEBO**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Strata (S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi**



AHMAD ALHAMDANI AKBAR

NIM : 1810811083

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

FAKULTAS PSIKOLOGI

2019

NASKAH PUBLIKASI

**GAMBARAN PSYCOLOGYCAL WELL BEING GURU
DI SMP MUHAMMADIYAH 9 WATUKEBO**

Telah Disetujui Pada Tanggal

25 Maret 2019

Dosen Pembimbing

Tanda Tangan

1. Siti Nur'aini, S.Psi., M.Si

NIP. 19702122005012002

2. Nur'aini Kusumaningtyas S.Psi., M.Si., Psikolog

NPK. 1503638

ABSTRAK

Gambaran Psychological Well Being Guru Di SMP Muhammadiyah 9 Watukebo

Ahmad Alhamdani Akbar¹, Siti Nur'aini, S.Psi, M.Si²,
Nur'aini Kusumaningtyas S.Psi., M.Si³., Psikolog

Guru yang bekerja pada beberapa sekolah negeri maupun swasta, sampai saat ini belum memiliki standar gaji yang menitikberatkan pada bobot jam pelajaran, tingkatan jawaban, dan tanggung jawab masa depan siswanya. Rendahnya penghasilan tersebut membuat guru tentunya akan mengalami beberapa hambatan dalam memenuhi kebutuhan fisik, seperti makanan dan tempat tinggal yang layak, serta mengalami akses untuk meningkatkan kemampuan, memuaskan minat, dan memelihara hubungan, dimana hal-hal tersebut dapat memberikan kepuasan terhadap kebutuhan psikologis mereka. Pemenuhan kebutuhan psikologis ini berkaitan dengan *Psychological Well-being* seseorang, dimana semakin terpenuhinya kebutuhan psikologis orang tersebut, maka *Psychological Well-being*-nya pun akan semakin meningkat. Oleh karena itu, uang dianggap sebagai sesuatu yang sangat penting untuk dapat meningkatkan akses terhadap sumber-sumber penting dalam memperoleh kesenangan dan merealisasikan diri (*self-realization*).

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian ini menggunakan total sampling yaitu guru di SMP Muhammadiyah 9 Watukebo yang berjumlah 42 orang. Penelitian ini menggunakan skala *psychological well-being*, dengan jumlah item 62 yang valid dengan koefisien *alpha cronbach* reliabilitasnya sebesar 0,966. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis data deskriptif dengan metode statistik deskriptif prosentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar atau 59,5 % (25 orang) menyatakan dirinya memiliki *psychological well-being* pada kriteria tinggi. Sedangkan kriteria rendah sebesar 40,5 % (17 orang). Dari enam dimensi *psychological well-being* yang diteliti, yaitu dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Kata kunci : *Psychological Wellbeing*, Guru.

-
1. Peneliti
 2. Dosen Pembimbing I
 3. Dosen Pembimbing II

ABSTRACT

Descriptive Of Psychological Well-Being Of Teachers At SMP Muhammadiyah 9 Watukebo

***Ahmad Alhamdani Akbar¹, Siti Nur'aini, S.Psi, M.Si²,
Nur'aini Kusumaningtyas S.Psi., M.Si³, Psikolog***

Teachers who work in several public and private schools, to date do not have a salary standard that focuses on the weight of the lesson, the level of answers, and the future responsibilities of their students. The low income makes the teacher certainly will experience some obstacles in meeting physical needs, such as food and shelter, and experience access to improve abilities, satisfy interests, and maintain relationships, where these can provide satisfaction with their psychological needs. Meeting these psychological needs is related to someone's Psychological Well-being, where the psychological needs of that person are fulfilled, then Psychological Well-being will also increase. Therefore, money is considered as something very important to be able to increase access to important resources in gaining pleasure and self-realization.

This research is descriptive quantitative research. Population in this research used total sampling is all school teacher in SMP Muhammadiyah 9 Watukebo, amount of 42 subject. This research used psychological well-being scale, amount of 62 valid items with reliability coefficient alpha cronbachof 0,966.

Analyze method used descriptive analyze with percentage descriptive statistique method. The result of research showed all of or 59,5 % (25 person) have psychological well-being on high criteria and low criteria of 40,5 % (17 person). From 6 dimation of psychological well-being which have been study, the dimension self acceptance, positive relationship to others, otonomy, environmental bend, life purpose, and personal grow.

Keywords: Psychological Well-being, Teacher.

-
- 1. Researcher*
 - 2. Supervisor I*
 - 3. Supervisor II*

PENDAHULUAN

Salah satu pekerjaan PNS yang paling banyak diminati masyarakat Indonesia adalah bekerja sebagai guru. Dengan bekerja sebagai guru yang sudah diangkat menjadi PNS hidup mereka akan tercukupi. Apalagi guru yang sudah mendapatkan sertifikasi, gajinya bisa dikatakan lebih banyak dan bisa untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari.

Dalam proses pendidikan peran guru sangatlah penting. Peran seorang guru di sekolah tidak hanya menerangkan, melatih, memberi ceramah, tetapi juga mendesain materi pelajaran, memberi pekerjaan rumah bagi siswa, mengevaluasi prestasi siswa, dan mengatur kelas, menciptakan pengalaman belajar, berkomunikasi dengan orang tua, dan membimbing siswa (Djiwandono,2006).

Profesi guru bagi suatu bangsa amatlah penting, apalagi bagi suatu bangsa yang sedang membangun, terlebih-lebih bagi keberlangsungan hidup bangsa di tengah-tengah lintasan perjalanan zaman dengan teknologi yang kian canggih dan segala perubahan dan pergeseran nilai yang cenderung memberi nuansa kepada kehidupan yang menuntut ilmu dan seni dalam kadar dinamik untuk dapat mengadaptasikan diri (Usman ,2007).

Guru sebagai pendidik professional mempunyai citra yang baik dimasyarakat bahwa ia layak menjadi panutan atau teladan masyarakat sekelilingnya. Sebagai seorang pendidik, guru juga harus mampu menempatkan dirinya sebagai pengaruh dan pembina pengembangan bakat dengan kemampuan anak didik ke arah titik maksimal yang dapat mereka capai.

Seorang guru yang bermutu juga harus mampu berperan sebagai pemimpin di antara kelompok siswanya dan juga di antara sesamanya. Dia juga harus mampu berperan sebagai pendukung serta penyebar nilai-nilai luhur yang diyakininya, dan sekaligus sebagai teladan bagi siswa di lingkungan sosialnya. Dalam hal teknis didaktis, seorang guru yang bermutu mampu berperan sebagai fasilitator pengajaran (sebagai narasumber yang siap memberi konsultasi secara terarah bagi siswanya), mampu mengorganisasikan pengajaran secara efektif dan efisien, mampu membangun motivasi dan belajar siswanya, mampu berperan dalam layanan bimbingan, dan sebagai penilai hasil belajar siswa dari bimbingan belajar.

Menurut Marimba (dalam Hasbullah, 2012) menjelaskan unsur-unsur yang terdapat dalam pendidikan meliputi usaha atau kegiatan yang bersifat bimbingan dan dilakukan secara sadar, terdapat pendidik atau pembimbing, ada yang dididik, bimbingan itu mempunyai dasar dan tujuan serta dalam usaha itu terdapat alat - alat yang dipergunakan. Salah satu tujuan yang harus dilaksanakan guru di sekolah adalah memberikan pelayanan kepada peserta didik agar mereka menjadi peserta didik yang selaras dengan tujuan sekolah sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Pembelajaran dapat berjalan dengan baik karena salah satu peran dari pihak sekolah. Hal ini tidak terlepas dari peran guru sebagai pendidik karena guru merupakan penentu keberhasilan pembelajaran peserta didik. Oleh karena itu, guru dituntut untuk memiliki kompetensi-kompetensi tertentu. Dengan demikian guru harus mampu memadukan kompetensi dirinya dengan kompetensi pengajaran untuk melaksanakan tugas-tugas mendidik.

Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well Being*)

Psychological Well-being merupakan suatu gambaran kualitas kehidupan dan kesehatan mental yang dimiliki seseorang. Para ahli psikologi mengemukakan bahwa penelitian mengenai kebahagiaan dan ketidakbahagiaan dikenal sebagai *psychological well-being*. *Psychological Well-being* sendiri memiliki banyak definisi dari masing-masing tokoh psikologi.

Ryff (Lilik dan Agustin 2011) menjelaskan bahwa *psychological well being* yang kemudian disingkat PWB sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang, dimana individu tersebut dapat menerima kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya, menciptakan hubungan positif dengan orang lain yang ada di sekitarnya, memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dan mandiri, mampu dan berkompetensi untuk mengatur lingkungan, memiliki tujuan hidup dan merasa mampu untuk melalui tahapan perkembangan dalam kehidupannya.

Ryff dan Singer (Lilik & Agustin 2011) menyebutkan bahwa, tingkat *psychological well being* yang tinggi menunjukkan bahwa individu memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan di sekitarnya, memiliki kepercayaan diri yang baik, dapat membangun hubungan personal yang baik dengan orang lain dan menunjukkan bahwa individu memiliki tujuan pribadi dan tujuan dalam pekerjaannya.

Hurlock (Lilik & Agustin, 2011) menyebutkan kebahagiaan adalah keadaan sejahtera (*well being*) dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan individu terpenuhi.

Kepuasan hidup merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya, yang disertai tingkat kegembiraan.

Menurut bartram & Boniwell (Christie, dkk, 2013), Kesejahteraan psikologis berhubungan dengan kepuasan pribadi, keterikatan, harapan, rasa syukur, stabilitas suasana hati, pemaknaan terhadap diri sendiri, harga diri, kegembiraan, kepuasan dan optimism, termasuk juga mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki.

Dimensi-Dimensi Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well Being*)

Dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff (Lilik dan Agustin 2011) :

a. Penerimaan diri (*Self acceptance*)

Dimensi penerimaan diri merupakan ciri utama kesehatan mental dan juga sebagai karakteristik utama dalam aktualisasi diri, berfungsi secara optimal dan kematangan. Penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya, sehingga kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalaninya. Seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif ataupun negatif dan memiliki pandangan positif tentang kehidupan masa lalu. Sebaliknya, individu dengan tingkat penerimaan diri yang rendah akan merasa tidak puas dengan dirinya, merasa kecewa dengan pengalaman masa

lalu dan mempunyai pengharapan untuk tidak menjadi dirinya seperti saat ini.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relations with others*)

Banyak teori yang menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama kesehatan mental. Individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain atau tinggi untuk dimensi ini ditandai dengan adanya hubungan yang hangat, memuaskan, dan saling percaya dengan orang lain. Individu tersebut juga mempunyai rasa afeksi dan empati yang kuat. Sebaliknya, individu yang rendah atau kurang baik untuk dimensi ini, sulit untuk bersikap hangat dan enggan untuk mempunyai ikatan dengan orang lain.

c. Kemandirian (*Autonomy*)

Dimensi ini menjelaskan mengenai kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri dan kemampuan untuk mengatur tingkahl aku. Individu yang baik dalam dimensi ini, mampu menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertingkah laku dengan cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal. Sedangkan, individu yang rendah atau kurang baik untuk dimensi ini akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, membuat keputusan berdasarkan penilaian orang lain dan cenderung bersikap konformis.

d. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)

Dimensi ini menjelaskan tentang kemampuan individu untuk memilih lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisiknya. Kematangan pada dimensi ini terlihat pada kemampuan individu dalam menghadapi kejadian di luar dirinya. Individu yang memiliki penguasaan lingkungan baik mampu dan berkompetensi mengatur lingkungan, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri. Sebaliknya, apabila individu tersebut memiliki penguasaan lingkungan yang rendah akan kesulitan untuk mengatur lingkungannya, selalu mengalami kekhawatiran dalam kehidupannya, tidak peka terhadap sebuah kesempatan dan kurang memiliki kontrol lingkungan di luar dirinya.

e. Tujuan hidup (*Purpose of life*)

Kesehatan mental didefinisikan mencakup kepercayaan- kepercayaan yang memberikan individu suatu perasaan bahwa hidup ini memiliki tujuan dan makna. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, misi dan arah yang membuatnya merasa hidup ini memiliki makna. Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidup. Seseorang yang mempunyai arah dalam hidup akan mempunyai perasaan bahwa kehidupan saat ini dan masa lalu mempunyai makna, memegang kepercayaan yang memberikan tujuan hidup dan mempunyai target yang ingin dicapai dalam kehidupan. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini akan memiliki perasaan bahwa tidak ada tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, tidak melihat adanya

manfaat dari masa lalu kehidupannya dan tidak mempunyai kepercayaan yang membuat hidup lebih bermakna.

f. Pertumbuhan pribadi (*Personal growth*)

Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam dirinya. Pertumbuhan pribadi yang baik ditandai perasaan mampu dalam melalui tahap-tahap perkembangan, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi yang ada dalam dirinya, melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampilkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan tingkah laku baru, mempunyai perasaan bahwa ia adalah pribadi yang stagnan dan tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalani.

Pengertian Guru

Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal (TK), pendidikan dasar (SD), pendidikan menengah pertama (SMP), dan pendidikan menengah atas/ kejuruan (SMA/SMK) (Undang-Undang Nomor 14 tahun 2005 pasal 1; Sukmadinata, Syaodih, 2009). Guru adalah pendidik yang menjadi tokoh panutan dan identifikasi bagi para peserta didik dan lingkungannya yang rela menyumbangkan sebagian besar waktunya untuk berbagi ilmu kepada semua anak didiknya bahkan kepada seluruh lapisan masyarakat (Mulyasa, 2007; Rimang, 2011).

Peran dan Tanggung Jawab Guru

Peranan seorang guru sebagai profesi meliputi mendidik, mengajar, membimbing, dan melatih. Sebagai pendidik guru diharapkan mampu mengembangkan potensi dan kepribadian peserta didik, memberikan keteladanan, serta menciptakan suasana pendidikan yang kondusif. Sebagai pengajar guru berperan untuk merencanakan dan melaksanakan pembelajaran yang mendidik serta menilai proses dan hasil pembelajaran. Peran guru sebagai pembimbing berarti mendorong berkembangnya perilaku positif dalam pembelajaran dan membimbing peserta didik memecahkan masalah dalam pembelajaran. Kemudian peranan guru sebagai pelatih adalah melatih keterampilan yang diperlukan dalam pembelajaran serta membiasakan peserta didik berperilaku positif dalam pembelajaran (Ditjen Dikti P2TK, 2004).

Peran seorang guru tersebut juga disesuaikan dengan jenjang sekolah (SD, SMP, SMA/ SMK). Pada jenjang SD dimana sebagian besar anak SD masih dalam tahap perkembangan operasional konkrit, maka pengajaran guru kelas di SD harus sekonkret mungkin dan benar-benar dialami. Misalnya pelajaran ilmu sosial, sebaiknya meliputi karya wisata, mengundang ahli, bermain peran, dan berdiskusi. Pada jenjang sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas atau kejuruan (SMP dan SMA/ SMK) dimana siswa sudah berada pada usia remaja, guru kelas maupun guru bidang studi berperan dalam mendorong perkembangan kognitif dengan membantu remaja yang sedang belajar berpikir abstrak untuk mengembangkan penemuan baru dan memperkaya kemampuan intelektualnya. Kemudian dalam mendorong

perkembangan sosioemosional siswa, guru dapat membantu siswa menjadi sadar akan diri mereka sendiri dan mendorong mengembangkan sifat, perasaan, dan motivasi (Djiwandono, 2006). Pada penelitian ini akan berfokus pada guru di semua jenjang sekolah (SD, SMP, SMA/ SMK).

Tanggungjawab yang harus dimiliki oleh semua guru yaitu mampu menghayati perilaku dan etika yang sesuai dengan moral Pancasila dan mengamalkannya dalam pergaulan hidup sehari-hari. Seorang guru di sekolah harus menguasai cara belajar-mengajar yang efektif, mampu mengembangkan kurikulum, silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran yang efektif, menjadi model bagi peserta didik, memberikan nasehat, melaksanakan evaluasi hasil belajar, dan mengembangkan peserta didik. Seorang guru di masyarakat harus turut serta mensukseskan pembangunan, harus kompeten dalam membimbing, mengabdikan dan melayani masyarakat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode Penelitian Kuantitatif, sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono (2012: 8) yaitu : “Metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 42 subjek.

Metode Pengumpulan data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala *psychological well-being*. Skala ini disusun untuk mengungkap *psychological well-being* yang dialami guru swasta di SMP Muhammadiyah 9 Watukebo. Bagaimana gambaran *psychological well-being* yang dialami guru swasta di SMP Muhammadiyah 9 Watukebo.

Tabel 1 *Blue-print* Skala *Psychological Well-being*

No	Dimensi-dimensi <i>psychological well-being</i>	Indikator	Sebaran item		Jumlah
			F	UF	
1	Penerimaan diri	Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri.	1,2	34,35	
		Menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk	3,4	36,37	12
		Merasa positif dengan kehidupan yang dijalani	5,6	38,39	
2	Hubungan positif dengan orang lain	Mempunyai hubungan yang intim dan hangat	7,8	40,41	
		Saling percaya dengan orang lain.	9,10	42	13
		Memperhatikan kesejahteraan orang lain	11,12	43	
		Empati	13,14	44	
3	Otonomi (kemandirian)	Mengarahkan diri dan mandiri	15,16	45	
		Menghadapi tekanan sosial	17	46,47	13
		Mengatur tingkah laku sendiri.	18,19	48,49	
		Mengevaluasi dengan standar pribadi.	20	50,51	
4	Penguasaan lingkungan	Menguasai dan mengatur lingkungan	21,22	52,53	
		Mengontrol kegiatan luar yang kompleks.	23,24	54,55	11
		Menggunakan secara efektif kesempatan disekitarnya	25	56,57	

5	Tujuan hidup	Memiliki tujuan dan arah hidup	26	58,59	
		Merasakan adanya arti makna dalam hidup masa kini dan masa lampau	27,28	60,61	
6	Pertumbuhan pribadi	Merasakan ada pengembangan potensi yang berkelanjutan	29,30	62	10
		Terbuka terhadap pengalaman baru.	31	63,64	
		Menyadari potensi diri	32	65	
		Melihat kemajuan diri dari waktu ke waktu	33	66	
Jumlah Total		20	33	33	66

Analisis Data

a. Hasil Validitas Uji Penelitian

Hasil uji validitas pada penelitian didapatkan 62 item valid dan 4 item gugur. Data tryout dari 62 item valid didapatkan skor koefisien korelasi korelasi validitas (r_{xy}) berkisar 0,316 sampai dengan 0,723 dengan *sig 2-tailed significant* sampai sangat *significant*.

b. Uji Reliabilitas Hasil Uji Penelitian

Hasil penelitian sesungguhnya pada skala *psychological well being* diperoleh nilai koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,966 dari item yang telah dinyatakan reliabel, hal ini karena nilai koefisien *Cronbach Alpha* 0,963 > 0.05. sehingga dapat dikatakan alat skala profetik leadership memiliki keajekan yang baik.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada guru di SMP Muhammadiyah 9 Watukebo berada dalam kategori tinggi. Guru yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi sebesar 59,5 % dari 42 subjek yang diteliti. Artinya sebanyak 25 orang guru memiliki *psychological well being* tinggi sudah mampu menerima keadaan dirinya, sudah memiliki tujuan hidup, memiliki hubungan yang hangat dan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, memiliki penguasaan lingkungan, dan memiliki kemampuan untuk mengembangkan bakat dan kemampuan untuk perkembangan pribadi. Guru dengan kesejahteraan psikologis tinggi akan lebih mudah dalam menghadapi masalah, sehingga mampu terhindar dari stres, mampu mengontrol diri dengan baik, berinteraksi sosial dengan baik sehingga optimal dalam menjalankan tugasnya dan juga sebaliknya (Konu, Alanen, Litonen, & Rimpela, 2002). Guru yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah sebesar 40,5 % dari 42 subjek yang diteliti. Artinya sebanyak 17 orang guru memiliki *psychological well being* rendah kurang mampu menerima keadaan dirinya, kurang memiliki tujuan hidup, kurang memiliki hubungan yang hangat dan positif dengan orang lain, kurang memiliki kemandirian, kurang memiliki penguasaan lingkungan, dan kurang memiliki kemampuan untuk mengembangkan bakat dan kemampuan untuk perkembangan pribadi. Guru dengan kesejahteraan psikologis rendah akan kesulitan ketika menghadapi masalah, mudah mengalami stres tidak mampu mengontrol diri dan berinteraksi sosial sehingga tidak pada berperan optimal dalam menjalankan tugasnya disekolah.

Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa guru memiliki kesejahteraan beragam. Artinya tidak semua guru memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi ataupun rendah karena tidak semua guru mampu menerima keadaan dirinya, sudah memiliki tujuan hidup, memiliki hubungan yang hangat dan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, memiliki penguasaan lingkungan, dan memiliki kemampuan untuk mengembangkan bakat dan kemampuan untuk perkembangan pribadi.

Berdasarkan hasil penelitian *psychological well* dipengaruhi oleh faktor pekerjaan, religiusitas dan dukungan sosial. Pekerjaan yang disenangi, bebas dari tindakan korupsi dan memiliki iklim organisasi yang baik akan menyebabkan terbentuknya keadaan *psychological well being* yang tinggi dan begitu pula sebaliknya (Astuti, 2011). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, guru merupakan pekerjaan yang mereka cita-citakan. Sehingga mereka merasa bangga dan tidak malu walaupun berprofesi sebagai guru meskipun gaji yang mereka terima sebagai guru terbatas untuk memenuhi kebutuhan keluarga..

Religiusitas, bahwa individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat, memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi, kebahagiaan personal yang lebih tinggi, serta mengalami dampak negatife peristiwa traumatis yang lebih rendah jika dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki kepercayaan terhadap agamayang kuat (Astuti, 2011). Berdasarkan hasil wawancara, mereka yang memiliki kepercayaan yang kuat terhadap agamanya. Mereka menganggap bahwa apapun yang mereka kerjakan semata-

mata untuk ibadah dan mengharap ridho Allah SWT. Guru yang memiliki intensitas religiusitas yang tinggi maka akan semakin kuat usaha dan upaya dalam mencapai dan meraih kesejahteraan psikologis. Guru yang memiliki intensitas religiusitas yang rendah maka akan semakin lemah usaha dan upaya dalam mencapai dan meraih kesejahteraan psikologis.

Dukungan sosial dapat berkaitan erat dengan *psychological well being*. Dukungan sosial diperoleh dari orang-orang yang berinteraksi dan dekat secara emosional dengan individu. Orang yang memberikan dukungan sosial ini disebut sebagai sumber dukungan sosial. Bagaimana sumber dukungan sosial ini penting, karena akan mempengaruhi *psychological well being*. Dukungan dari keluarga sangat besar pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis karena dengan dukungan keluarga dan lingkungan bisa mengoptimalkan kemampuan dirinya. Berdasarkan hasil wawancara keluarga subjek sangat bersyukur dengan perjuangan subjek selama ini sebagai pengajar dan pendidik. Anggota keluarga subjek mendukung subjek, dengan memberi semangat. Guru yang memiliki dukungan sosial yang tinggi dari orang terdekat maka akan memiliki *psychological well being* yang tinggi pula dan sebaliknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Secara keseluruhan kesejahteraan psikologis di SMP Muhammadiyah 9 Watukebo berada pada kategori tinggi.

SARAN

1. Bagi guru

Guru disarankan untuk lebih bisa mempunyai sikap positif terhadap dirinya sendiri, bisa menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, bisa menggunakan kesempatan secara efektif, mampu mengembangkan diri mereka sehingga *psychological well-being* nya meningkat. Dengan meningkatnya *psychological well-being* diharapkan menjadi guru yang profesional sehingga mampu menjalankan perannya dengan optimal.

2. Bagi instansi terkait

Diharapkan sekolah lebih memperhatikan kesejahteraan guru. Dengan pemberian fasilitas atau pun dengan mengikuti sertakan pelatihan yang ada. Sehingga dengan demikian guru dapat meningkatkan kesejahteraan psikologisnya guna kegiatan belajar mengajar menjadi lebih optimal.

3. Peneliti

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan lebih mampu untuk menggali lebih dalam berkaitan dengan *psychological well-being* di SMP Muhammadiyah 9 Watukebo.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2005. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- _____. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____. 2011. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

- _____. 2012. *Metode Penelitian*. Cetakan ke-13. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Astuti, V. 2011. *Hubungan Antara Kestabilan Emosi Dengan Psychological Well Being Pada Pasangan Muda*. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta. Surakarta.
- Annisa & Zulkarnain.(2013). *Komitmen Terhadap Organisasi Ditinjau dari Kesejahteraan Psikologis Pekerja*. *Insan* Vol.15,No.01,54-62.
- Anggi Septiana Nugraheni (2016). *Hubungan antara dukungan sosial dengan Psychological well being pada guru daerah*.
- Cristie, Y. dkk. (2013). *Perbedaan Kesejahteraan Psikologis Pada wanita Lajang Ditinjau dari Tipe wanita Lajang*. Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Surabaya.
- Heri Setiawan, Tri Esti Budiningsih (2014). *Psychological Well-Being Pada Guru Sekolah Dasar Di Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang*
- Hasbullah. (2012). *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Rusman. (2010). *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalismen Guru*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiono. 2012. *Metode Penelitian Administrasi*. Cetakan ke-20. Penerbit Alfabeta. Bandung.
- Sardiman, 2007. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Usman, M. Basyiruddin, 2002. *Metodologi Pembelajaran Agama Islam*. Ciputat Pers. Jakarta.
- Uswatun Chasanah (2015). *Pengaruh Tingkat Kesejahteraan Guru Swasta Terhadap Semangat Guru Dalam Mengajar Di MiSe- Kecamatan Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015”*