

**GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL 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**

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal  
25 Maret 2019

Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Jember  
Dekan

Siti Nur'aini, S.Psi.,M.Si  
NIP.197702122005012002

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Erna Ipak Rahmawati S.Psi., M.A.,

NIP. 197805072005012001

\_\_\_\_\_

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

NIP. 19702122005012002

\_\_\_\_\_

Nuraini Kusumaningtyas S.Psi., M.Si., Psikolog

NPK. 1503638

\_\_\_\_\_

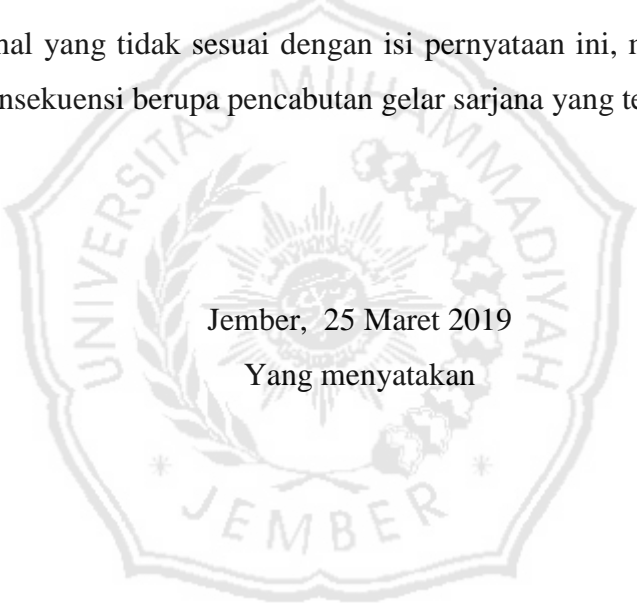
## **HALAMAN PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Ahmad Alhamdani Akbar

Nim : 1810811083

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar sarjana yang telah saya peroleh.



Jember, 25 Maret 2019

Yang menyatakan

Ahmad Alhamdani Akbar

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini terwujud bukanlah karya penulis semata, melainkan karena bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

Bapak Sugiyo Pranoto dan Ibu Rini Sulistyowati, Ibu Wardati yang selalu memberikan cinta, perhatian, doa dan dukungan serta pengorbanan yang takkan terbalas oleh apa pun.

Kakak Dyah Intan Pambudi dan Ninda Berliana yang senang tiasa mengingatkan , meberikan dukungan ,perhatian, doanya serta fasilitas yang diberikan demi keberhasilan pendidikan dan penulisan skripsi ini.

Kakan Sobri Ahmad dan Binta Aris Sarwadana yang senang tiasa mengingatkan , meberikan dukungan ,perhatian, doanya serta fasilitas yang diberikan demi keberhasilan pendidikan dan penulisan skripsi ini.

Winda Rosalia Putri Pratiwi yang dengan penuh pengertian, perhatian, doa, motivasi, semangat yang diberikan demi keberhasilan pendidikan dan penulisan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak dan mohon maaf atas segala kesalahan dan kekhilafan selama menjalani pendidikan.

Jember, 25 Maret 2019

Penulis

## MOTO

Hai orang-orang beriman, jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu.

Sesungguhnya Allah bersama dengan orang-orang yang sabar

(Al-Baqarah : 153 )

Orang yang hebat tidak dihasilkan dari kemudahan, kesenangan dan kenyamanan.

Mereka terbentuk melalui kesukaran, tantangan dan airmata.

( Dahlan Iskan )

Kesuksesan adalah saat persiapan dan kesempatan bertemu.

( Bobby Unser )

Jika kamu memang benar menginginkan sesuatu, kamu akan menemukan caranya.

Namun jika tidak serius, kamu hanya akan menemukan alasan.

( Jim Rohn )

Dia yang pergi untuk mencari ilmu pengetahuan, dianggap berjuang di jalan Allah sampai dia kembali.

( HR. Tirmizi )

## KATA PENGANTAR

Puji syukur yang teramat dalam penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, hanya atas izin dan kasih sayang-Nya di mudahkan segala sesuatu yang sulit bagi manusia. Shalawat dan salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing ummat manusia menuju jalan Islam zaman yang gemilang. terselesainya karya ini dengan judul **“Gambaran *Psychological well being* guru di SMP Muhammadiyah 9 Watukebo”** merupakan sebuah perjalanan panjang yang membawa penulis pada proses pembelajaran komprehensif dalam tingkatan yang lebih tinggi. Karya kecil ini tercipta dengan serba keterbatasan, dengan bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak karya ini bisa terwujud. Penulis menghaturkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Siti Nur'aini, S.Psi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, yang menjadi “ibu” bagi seluruh mahasiswa Psikologi di Unmuh Jember dan sekaligus sebagai pembimbing I yang telah membangun pemahaman penulis akan keindahan dan keunikan proses dalam penelitian kuantitatif.. Terimakasih atas bimbingan dan dukungan selama penulis menuntut ilmu di fakultas ini.
2. Ibu Nuraini Kusumaningtyas S.Psi., M.Si., Psikolog selaku pembimbing II yang telah memberikan ilmunya sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Terimakasih atas kepercayaan dan kebebasan yang diberikan sehingga dapat membangun kemandirian penulis.

3. Ibu Erna Ipak Rahmawati S.Psi., M.A selaku Tim Penguji dalam ujian skripsi, yang dengan penuh kesabaran memberi saran dan masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.
4. Seluruh dosen dan staf Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah banyak memberikan bantuan kepada peneliti.
5. Kepada seluruh guru dan karyawan SMP Muhammadiyah 9 Watukebo yang telah memberikan dorongan dan kesempatan untuk mengadakan penelitian di lembaganya sehingga karya ini bisa terwujud.
6. Sahabat-sahabatku di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang senantiasa memberikan motivasi dan semangat demi terselesainya skripsi ini.
7. Kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan demi terselesainya skripsi ini.

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SAMPUL</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>ABSTRAK</b> .....	xiii
<b>ABSTRACK</b> .....	xiv
<b>BAB I. PENGANTAR</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Permasalahan .....	1
B. Rumusan masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Keaslian Penelitian .....	8



<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>12</b>
A. Kesejahteraan Psikologis .....	12
1. Pengertian Kesejahteraan psikologis.....	12
2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis .....	13
3. Faktor –faktor Kesejahteraan Psikologis .....	17
B. Guru .....	20
1. Pengertian Guru .....	20
2. Peran dan Tanggung Jawab Guru .....	21
3. Hak dan Kewajiban Guru.....	23
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Identifikasi Variabel.....	24
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel .....	25
D. Definisi Operasional.....	25
E. Metode Pengumpulan Data .....	26
F. Metode Analisis Data.....	29
1. Uji Keabsahan .....	29
a) Uji Validitas .....	29
b) Uji Reliabilitas .....	30
2. Uji Asumsi .....	31
a) Uji Normalitas.....	31

3. Uji Deskriptif .....	31
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>32</b>
A. Gambaran Obyek Penelitian .....	32
B. Pelaksanaan Penelitian .....	32
C. Analisa Data.....	33
1. Hasil Uji coba Validitas .....	33
2. Hasil Uji Validitas .....	35
3. Hasil Uji coba Reliabilitas .....	37
4. Hasil Uji Reliabilitas .....	38
5. Hasil Uji Asumsi.....	38
a) Uji Normalitas.....	38
6. Hasil Uji Deskriptif.....	39
D. Pembahasan.....	43
<b>BAB V .....</b>	<b>51</b>
1. Kesimpulan .....	51
2. Saran .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>53</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>.....</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Dimensi <i>Psychological well being</i> .....	28
Tabel 3.2 Kriteria dan Nilai Jawaban Skala .....	29
Tabel 3.3 <i>Blue print</i> Skala <i>Psychological well being</i> .....	30
Tabel 4.1 Hasil item valid dan gugur Uji Coba .....	36
Tabel 4.2 Hasil item valid dan gugur Uji Penelitian.....	38
Tabel 4.3 Hasil Reliabilis Uji coba .....	40
Tabel 4.4 Hasil Reliabilitas Uji Penelitian .....	41
Tabel 4.5 Uji Normalitas.....	41
Tabel 4.6 Gambaran Umum <i>Psychological well being</i> .....	42
Tabel 4.7 <i>Psychological well being</i> berdasarkan Jenis Kelamin .....	43
Tabel 4.8 <i>Psychological well being</i> berdasarkan Usia .....	44
Tabel 4.9 Psuchological well being berdasarkan Lama Bekerja.....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Skala *Psychological Well Being*
- Lampiran 2 : Data Penelitian
- Lampiran 3 : Data Penelitian
- Lampiran 4 : Hasil Uji Validitas
- Lampiran 5 : Hasil Uji Reliabilitas
- Lampiran 6 : Hasil Uji Hipotesa
- Lampiran 7 : Hasil Uji Deskriptif



## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Annisa dan 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*.
- Astuti,V. 2011. *Hubungan Antara Kestabilan Emosi Dengan Psychological Well Being Pada Pasangan Muda*. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta. Surakarta.
- 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.
- Blechman & Brownell. 1998. *Behavioral Medicine & Women: A Comprehensive Handbook*. New York: The Guilford Press
- Cristie, Y. dkk. (2013). *Perbedaan Kesejahteraan Psikologis Pada wanita Lajang Ditinjau dari Tipe wanita Lajang*. Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Surabaya.
- Depdiknas. (2004). *Draft Naskah Akademik Sertifikasi Kompetensi Pendidik dan Tenaga Kependidikan*. Jakarta: P2TK Ditjen Dikti.

Deasyanti, Amalina Mafazi (2016). Efikasi Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru SMP.

Djiwandono, S. (2006). Psikologi Pendidikan. Jakarta: Grasindo.

Fiona. (2015). Wellbeing concepts and challenges. Discussion paper; Sustainable development research Network.

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.

Konu, Anne & Rimpelä. (2002a). Well-being in School : A Conceptual Model. Journal. Vol 17. No 1. University of Tampere

Konu, A.I, dkk.(2002b). Factor Structure of the School Well-being Model. Health Education Research, Vol 17 no. 6 Pages 732-742

Mulyasa, E. (2006). *Menjadi Guru Professional*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Mulyasa, E. (2007). *Standar Kompetensi dan Sertifikasi Guru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Salmah Lilik dan Ria Widya Agustin (2011). *Perbedaan Psychological Well-Being Ditinjau Dari Strategi Self-Management Dalam Mengatasi Work-Family Conflict Pada Ibu Bekerja*.

Rimang, S. (2011). *Meraih Predikat Guru dan Dosen Paripurna*. Bandung: Alfabeta.

Ryff, Carol, & Singer, Burton. 2002. From social structure to biology: integrative science in pursuit of human health and well-being. In C. R. Snyder, & Lopes (Eds.), *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.

Ryff, D. Carroll. 1989. "Happiness is Everything, or is it? Exploration on The Meaning of Psychological Well-Being". *Journal of Personality Social Psychology*. Vol. 56, No. 6, 1069-1081

Ryff & Keyes. 1995. "The Structure of Psychological Well-Being Revisited". *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 69, No. 4, 719-727

Rusman. (2010). *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Rajawali Pers.

Sugiyono. 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*

