

Harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru

Eva Rosita
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya – Indonesia

Korespondensi: hikameva@gmail.com

Diserahkan: 7 Juli 2020

Diterima: 13 September 2020

Abstrak. Tujuan dalam penelitian yakni agar dapat mengetahui adanya kaitan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada pengajar guru yang berada di madura. Variabel yang diteliti pada penelitian yaitu kesejahteraan psikologis sebagai variabel dependen setelah itu harga diri dan dukungan sosial sebagai variabel independent, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah guru memiliki double jobs dan bertempat tinggal di madura dengan subyek sebanyak 140 orang. Instrumen penelitian ini ialah skala kesejahteraan psikologi, skala harga diri serta skala dukungan sosial yang disusun menggunakan skala likert. Metode analisis menggunakan analisis regresi. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru dapat diterima. Hal ini dilihat dari taraf F hitung sebesar 33.288 pada taraf signifikansi 0,000 sehingga hipotesa diterima, terdapat hubungan positif harga diri dengan kesejahteraan psikologis, Hal ini dilihat dari taraf t hitung sebesar $t = 3.718$ pada $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang berarti diterima, dukungan sosial tidak mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada guru di madura. Hal ini dilihat dari taraf t hitung sebesar $t = 1.815$ pada $p = 0,072$ ($p > 0,01$) yang berarti ditolak. Hasil penelitian di atas disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat diterima karena harga diri dan dukungan sosial, namun dukungan sosial tidak mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada guru-guru yang ada di madura.

Kata kunci: harga diri, dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, guru

1. Pendahuluan

Setiap manusia memiliki kriteria masing-masing dalam menentukan bagaimana kesejahteraan itu dapat terpenuhi, bagaimana seseorang memandang positif kehidupannya dengan berbagai macam cara yang mereka tempuh guna mencapai kesejahteraan tersebut. Begitupun seorang guru, guru adalah sosok manusia yang memiliki banyak tanggung jawab moral di lingkungannya, serta di pandang orang yang memiliki ahlak yang baik dari beberapa masyarakat sebagai contoh pengajar.

Kesejahteraan psikologis juga sangat di perlukan oleh seorang guru, guru ialah seorang pengajar suatu bidang ilmu dalam pengertian bahasa Indonesia guru umumnya adalah seorang pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik (<https://id.wikipedia.org/wiki/Guru>). Guru adalah profesi yang sangat mulia di Indonesia yakni pahlawan tanpa tanda jasa yang mencerdaskan peserta didik penerus bangsa. Untuk mendapatkan seorang guru yang profesional yang mementingkan kualitas dibanding kuantitas.

Disinilah guru harus lebih bahagia dari yang sudah bahagia agar dapat menularkan ilmunya kepada peserta didik dengan layanan-layanan yang berkualitas, melayani murid dalam memberikan

ilmu, melayani murid dalam memecahkan masalah, dan melayani murid dalam kondisi apapun. Guru tidak hanya diuntut eksekusi dalam melayani murid saja namun guru juga harus membuat bahan ajar seperti RPP, Prota, Promis, dan yang lainnya sehingga guru harus bisa menjadi multi talenta dalam membagi waktunya agar bisa tercapai tujuan menjadi guru profesional. Disamping itu seorang guru juga harus melayani masyarakat sekitar, wali murid dan tokoh-tokoh aparat sekitar, untuk itu guru harus memiliki mental yang baik dalam menyongsong hari-hari yang dilalui.

Guru merupakan titik awal modal manusia dalam pembentukan kualitas dan kuantitas pembelajaran, oleh karena itu usaha dalam mengembangkan pengajar dalam membangun pendidikan merupakan sesuatu yang harus dilakukan mulai dari saat ini. Adapun data yang dapat menunjang kurangnya kesejahteraan psikologis guru dapat mempengaruhi keluaran siswa, pada ajaran tahun 2018/2019 siswa yang masuk di sekolah MTs Darul Ulum 2 berjumlah 83 siswa dengan keluaran sebanyak 70 siswa, sedangkan pada tahun pelajaran 2019 / 2020 siswa diterima masuk 50 siswa, hal ini mengalami penurunan. Dari data di atas fenomena yang muncul saat ini terutama yang masih berada di daerah, guru haruslah multi talenta dimana guru tidak hanya bertugas sebagai pengajar, namun harus mempunyai multi jobs dalam memenuhi kebutuhan pribadinya hal ini terjadi dikarenakan seorang guru belum mempunyai kesejahteraan psikologis yang baik guna fokus mencerdaskan penerus bangsa yang tidak saja bertugas untuk mengajar pelajaran keilmuan namun juga mengajar pelajaran akhlak dan moral.

Fenomena yang di temukan dalam hal pemenuhan akan kebutuhan berkaitan tentang kesejahteraan psikologis guru, yang mana semakin terpenuhi kebutuhan akan hal ini yakni kesejahteraan psikologis seorang guru akan mengalami peningkatan, seperti dijelaskan oleh Ryan dan Deci (dalam Asti) alat berupa uang yang dianggap sebagai peningkatan akses guna memperoleh kebahagiaan sehingga dapat merealisasikan kemampuan diri dalam mencapai kesejahteraan psikologis seorang guru.

Faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis dari luar salah satunya yakni dukungan sosial Ryff (dalam Millatina, 2014). Perubahan lingkungan dan tekanan serta tenaga yang menguras pikiran dari guru setelah keletihannya mengajar di sekolah membuat guru membutuhkan dorongan dan dukungan dari lingkungannya berupa dukungan social. Dukungan dari keluarga, teman dan rekan kerja mampu memberikan dampak positif pada guru dalam terciptanya kesejahteraan psikologis berupa emosional, penghargaan, dukungan, dan informatif sehingga dukungan tersebut sesuai arah pada yang membutuhkan.

Memiliki keluarga, dan rekan kerja yang selalu mendukung individu merupakan salah satu faktor terciptanya kesejahteraan psikologis yang baik, namun apabila individu tidak dapat mengelola dirinya dari dalam diri maka kesejahteraan psikologis yang didapat akan sangat kecil terwujud. Oleh karena itu faktor dadri dalam diri salah satunya adalah harga diri. Dari sini dapat di lihat pentingnya kesejahteraan psikologis yang harus dimiliki seorang guru dengan hal-hal yang diduga berpengaruh terhadap terjadinya kesejahteraan psikologis yakni harga diri dan dukungan sosial. Jika guru secara psikologis sudah dapat sejahtera diharapkan guru tersebut dapat memberikan ilmunya secara menyeluruh dan totalitas terhadap sekolah sehingga dapat mencerdaskan anak bangsa dengan lebih berkualitas dan berkompeten. Berdasarkan data-data dampak dari kesejahteraan psikologis guru dan semakin banyaknya guru yang belum dapat menemukan kebahagiaannya, peneliti merasa perlu untuk mengadakan penelitian yang berkenaan pada kesejahteraan psikologis guru dan beberapa faktor yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis.

2. Metode

Metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposif sampling* diambil secara non random sampling yaitu subyek yang digunakan adalah semua guru yang dijumpai oleh peneliti yang memiliki kriteria

tertentu yaitu siapa saja guru yang bertemu dengan peneliti dengan kriteria tinggi dimadure, memiliki *double jobs* dalam mengajar dan bekerja untuk memenuhi kebutuhan dari guru tersebut. Sampel dalam penelitian ini adalah 140 guru laki-laki maupun perempuan. Penelitian ini adalah menguji hubungan harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologi pada guru. Dalam penelitian ini variable terikat atau variable dependen adalah kesejahteraan psikologis. Sedangkan variable bebas atau variable independent adalah harga diri dan dukungan sosial. Pada penelitian ini alat pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Likert.

Kesejahteraan psikologi adalah keadaan sejahtera yang diidam-idamkan seluruh manusia apalagi seorang guru sebagai tombak utama dalam mencerdaskan anak bangsa. Terdiri dari 22 soal yang sudah di uji deskriminasi aitem dengan menggunakan teknik korelasi antara aitem dengan skor total Perhitungan uji deskriminasi aitem dapat diketahui estimasi reliabilitas dan validitas uji, Indikator untuk mengukur kesejahteraan psikologis menurut Ryff (dalam Amrin, 1989) terdiri dari: (1) hubungan positif dengan orang lain disekelilingnya mulai dari murid, keluarga, rekan kerja dan masyarakat sekelilingnya (2) penguasaan lingkungan tempat ia bermukim (3) tujuan hidup menata dengan optimis tujuan yang ingin dicapai (4) otonomi bebas yang berarah dan mampu mandiri (5) pertumbuhan pribadi yang positif dan Bahagia (6) penerimaan diri dengan segala kekurangannya.

Harga diri merupakan penilaian diri terhadap diri sendiri, bagaimana seorang individu dapat menilai dirinya terhadap lingkungan yang diakui dan dihargai sebagai bentuk penghormatan pada dirinya. Terdapat 30 skala harga diri disusun berdasarkan indikator yang dikemukakan oleh Coopersmith (dalam Murk, 2006) yang sudah di ujikan yakni sebagai berikut: (1) power yakni kekuatan dalam mengendalikan diri sendiri dan orang lain, (2) signifikan yakni penghargaan yang diberikan orang lain terhadap diri sendiri, (3) virture yakni kepatuhan terhadap aturan, dan (4) kompeten yakni kemampuan keberhasilan dengan tujuan yang ingin diraih.

Dukungan sosial adalah suatu bentuk dukungan yang diberikan orang terhadap orang lain baik dari keluarga, lingkungan atau masyarakat yang bertujuan agar orang tersebut dapat merasa dihargai, dikasihi dan di pertimbangkan oleh lingkungan tempat tinggalnya. skala dukungan social disusun berdasarkan Sarafino (2011, h. 81) terdapat empat bentuk dukungan sosial, terdapat 35 butir sal yang telah diujikan yaitu : (1) Dukungan emosional, (2) Dukungan penghargaan, (3) Dukungan instrumental, dan (4) Dukungan informasi.

3. Hasil

Uji prasyarat pada analisis korelasi yang dilakukan adalah uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan, sehingga penarikan kesimpulan pada hasil penelitian tidak menyimpang dari kebenaran. Hasil kedua uji prasyarat dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil uji normalitas sebaran.

Variabel	Kolmogorov-Smirnov Z	Asymp. Sig. (2-tailed)	NN	Kesimpulan
Kesejahteraan psikologis	.909	.380	140	Normal
Harga Diri	.888	.409	140	Normal
Dukungan Sosial	1.323	.060	140	Normal

Tabel 2. Hasil uji linieritas harga diri dengan kesejahteraan psikologis.

Variabel	F	Signifikan	Keterangan	Kesimpulan
Harga Diri dengan Kesejahteraan psikologis	62.247	.000	Sig< 0.05	Linier

Selanjutnya uji linieritas dilakukan untuk menguji hubungan antara kedua variabel tersebut linier atau tidak. Hasil uji linieritas data variabel harga diri dengan kesejahteraan psikologi ditunjukkan pada Tabel 2. Dari hasil perhitungan uji linieritas variabel harga diri dengan kesejahteraan psikologi didapatkan F beda sebesar 62.247 ($p = 0.000$) hal ini menunjukkan adanya hubungan yang linier antara variabel harga diri dengan kesejahteraan psikologi. Adapun hasil uji linieritas data variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologi diberikan pada Tabel 3. Dari hasil uji linieritas variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologi diperoleh F beda sebesar 48.272 ($p = 0.000$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang linier antara variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.

Tabel 3. Hasil uji linieritas dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis

Variabel	F	Signifikan	Keterangan	Kesimpulan
Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan psikologis	48.272	.000	Sig < 0.005	Linier

Hasil analisis data pada subjek (guru) menggunakan analisis regresi ganda, yang mana menghasilkan harga koefisien F = 33.288 pada $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini berarti ada hubungan signifikan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.

Hasil analisis regresi ganda menghasilkan harga koefisien t hitung pada harga diri dengan kesejahteraan psikologis $t = 3.718$ pada $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang berarti ada hubungan signifikan antara hubungan harga diri dengan kesejahteraan psikologis. Selanjutnya asilnya yakni harga koefisien t hitung pada dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis $t = 1.815$ pada $p = 0,072$ ($p < 0,01$) yang berarti tidak terdapat hubungan signifikan antara hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis Hasil analisis regresi tercantum dalam Tabel 4.

Tabel 4. Hasil analisis regresi ganda

ANOVA ^a						
Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.	
1	Regression	3355.553	2	1677.777	33.288	.000 ^b
	Residual	6904.983	137	50.401		
	Total	10260.536	139			

Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations	
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	
1	(Constant)	20.609	3.097		6.655	.000	
	HD	.250	.067	.406	3.718	.000	.558
	DS	.075	.041	.198	1.815	.072	.509

Hasil analisis anova homogenitas menghasilkan tabel f yang menunjukkan harga f sebesar 2.478 pada $p = .118$ ($p < 0,05$) yang artinya tidak ada hubungan beda signifikan kesejahteraan psikologis laki dan kesejahteraan psikologis wanita. Hasil analisis anova homogenitas tercantum dalam Tabel 5.

Tabel 5. Hasil anova homogenitas

KS					
	Sum of Squares,	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	180.990	1	180.990	2.478	.118
Within Groups	10079.546	138	73.040		
Total	10260.536	139			

4. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji analisis pada ke-empat uji hipotesis diatas, diketahui bahwa hipotesis yang menjelaskan adanya hubungan harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru dapat diterima. Artinya bahwa uji hipotesis yang pertama semakin tinggi tingkat harga diri dan dukungan sosial, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis guru. Hubungan harga diri yang diperoleh dan dukungan sosial yang strong pada dasarnya memang perlu dijadikan prioritas oleh guru-guru untuk membuat atmosfer proses belajar dan mengajar yang tercipta dan selaras. Keharmonisan kesejahteraan psikologis seorang guru sifatnya memang relatif, maksudnya masih diragukan adanya kesejahteraan psikologis guru 100% dapat diperoleh dalam rentang kehidupan seseorang guru, tetapi ada beberapa indikasi yang dapat digunakan untuk mengenali ciri-ciri guru yang memenuhi kesejahteraan hidupnya. Keterkaitan dengan hasil penelitian ini adalah seorang guru di Madura mempunyai penerimaan diri yang bagus dengan berbagai aktifitas yang padat selain dari mengajar, administrasi bahan ajar dan juga harus memiliki pekerjaan lain sebagai salah satu alat pemenuhan kesejahteraan hidup, hubungan positif berkaitan dengan dukungan sosial meliputi emosional, penghargaan, instrumental dan informasi yang ada pada lingkungannya tempat tinggalnya membuat ia bisa membentuk hubungan yang hangat, mandiri serta harga diri yang juga sangat berperan aktif dalam pembentukan kesejahteraan psikologis seorang guru yang dilihat dalam finansial yang diperoleh rendah dapat mendorong ia merealisasikan potensi yang dimiliki guru sehingga guru juga dapat mandiri dalam tekanan sosial lingkungan Madura yang tinggi.

Hasil penelitian lain tentang kesejahteraan psikologis memimpin dan membuat individu untuk menjadi kreatif dan memahami apa yang sedang dilakukannya Bartram & Boniwell, (dalam Faturrochman, 2012). Pendapat Faturrahman ini merupakan pembuktian bahwa dari harga diri dan dukungan sosial memang mempengaruhi kesejahteraan psikologis guru. Sehingga seorang guru dapat survive pada tantangan yang dihadapi.

Hasil penelitian yang telah membuktikan bahwa harga diri berpengaruh pada kesejahteraan psikologis, terdapat hubungan positif harga diri dengan kesejahteraan psikologis harga diri yang dimiliki guru-guru di Madura yang terdiri dari power yang tinggi dalam mengontrol diri dalam memperoleh kesejahteraan psikologis akan diri guru dengan berbagai beban kerja serta pendapatan yang kadang tidak sesuai dengan apa yang dilakukan, guru juga dapat menemukan keberartian dirinya ditengah-tengah masyarakat yang berguna guna menentaskan kebodohan hal ini juga sangat menunjang dalam memperoleh kesejahteraan psikologis, kebajikan juga sangat mendukung dalam hal bertindak berbuat dan bertuturkata guna memperoleh kesejahteraan psikologis, serta kompetensi yang dimiliki seorang guru menunjang segala hal yang diperbuatnya sebagai dimensi akhir dari harga diri.

Penelitian lain menunjang penelitian ini sesuai dengan apa yang diungkapkan White menyatakan bahwa harga diri merupakan salah satu pembentuk kesejahteraan psikologis, apabila harga diri dengan kesejahteraan psikologis tinggi, maka kesejahteraan psikologis pada guru semakin baik, namun apabila harga diri dengan kesejahteraan psikologis rendah, maka kesejahteraan psikologis pada guru menjadi kurang baik. Pada prinsipnya memang harga diri manusia yang paling sempurna yang dapat dicapai oleh guru adalah pada saat adanya power yang merupakan kekuatan dalam mengendalikan diri sendiri dan orang lain, signifikan merupakan penghargaan yang diberikan orang lain terhadap diri sendiri, virtue merupakan kepatuhan terhadap aturan, dan kompeten merupakan kemampuan keberhasilan dengan tujuan yang ingin diraih dengan mendukung kesejahteraan psikologis guru Coopersemit (Susanti, 2012).

Hasil penelitian juga membuktikan bahwa dukungan social tidak mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada guru dimadura. Dengan ditolaknyanya hipotesis peneliti bahwasannya dukungan social tidak berpengaruh terhadap kesejahteraan social sehingga tidak dapat mendukung hasil penelitian Ryff dan Keyes (dalam susanti, 2012) yang menyatakan dukungan sosia merupakan salah satu dari banyak faktor penyebab yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Adapun beberapa penyebab lainnya

yang dapat mempengaruhi kesejahteraan social dikarenakan terdapat RSquare 32,7% variable ini mempengaruhi sehingga dapat disimpulkan ada variable-variable lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis sebesar 67,3%, bisa jadi faktor yang lain dipengaruhi oleh kebudayaan, happiness, mindfulness, motivasi hidup, dll berdasarkan hipotesis yang ketiga semakin tinggi dukungan sosial makin tinggi kesejahteraan psikologis hal ini hipotesis ditolak dikarenakan tidak terdapat hubungan dukungan social dengan kesejahteraan psikologis pada guru.

Hasil penelitian ini juga membuktikan bahwa hipotesis adanya perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis pada guru pria dan guru wanita. Tingkat kesejahteraan psikologis wanita lebih tinggi daripada tingkat kesejahteraan psikologis pria, yakni ditolak dikarenakan tidak adanya perbedaan kesejahteraan psikologis pada guru pria dan guru wanita. Sehingga dapat dikatakan bahwa guru pria dan wanita tidak terdapat beda dalam menemukan kesejahteraan psikologis dalam hidupnya.

Berdasarkan keempat hasil uji hipotesis yang telah di ujikan sehingga dapat disimpulkan yaitu harga diri mempunyai peran yang cukup penting dalam pembentukan kesejahteraan psikologis pada guru, namun dukungan social tidak berpengaruh apapun terhadap terbentuknya kesejahteraan psikologis pada guru, terbukti beberapa hipotesis dalam penelitian ini, tidak bisa lepas dari ketepatan alat ukur subjek penelitian. Namun ada beberapa kendala yang dialami saat penelitian berlangsung, dimana pengumpulan angket pada masing-masing responden membutuhkan waktu yang cukup panjang (kurang lebih 1 1/2 bulan). Mengapa demikian sehingga dapat disebabkan oleh banyaknya butir-butir pernyataan yang harus dijawab oleh responden. Perlu diketahui juga bahwa diantara skala harga diri, skala dukungan sosial dan skala kesejahteraan psikologis, hanya skala kesejahteraan psikologis yang butir-butir pernyataannya banyak yang gugur. Hal ini terjadi karena dengan pengukuran kesejahteraan psikologis pada suatu individu pada agi seorang guru yang memiliki banyak beban kerja yang tinggi dengan waktu yang sedikit membuat seorang guru harus benar-benar memusatkan fikiran dalam menjawab pertanyaan tersebut. Seseorang yang memiliki tingkat religiusitas rendah akan tidak harmonis dalam rumah tangganya. Sedangkan seseorang yang mengalami tingkat kesejahteraan psikologis tinggi akan lebih terbuka dalam sisi kehidupannya. Sedangkan seseorang yang mengalami tingkat kesejahteraan psikologis rendah akan lebih pesimis atau menutup diri dalam sisi kehidupannya. Oleh karena itu, banyak penelitian yang lebih terfokus pada penelitian kualitatif, agar lebih mendalami masalah tersebut.

5. Kesimpulan

Penelitian ini terdiri dari dua variable independen (harga diri dan dukungan sosial) dan satu variabel dependen (kesejahteraan psikologis). Adapun subjek penelitian adalah guru yang mengajar dan berdomisili di Madura yaitu 140 guru laki-laki dan perempuan, yang memiliki *double jobs* mempunyai pekerjaan lain atau mengajar lebih dari satu lembaga sekolah yang sampel diambil secara purposive random sampling. Hasil skala pengukuran diuji dengan menggunakan Analisis Regresi (Seri Program Statistik) dan hasil penelitian telah membuktikan 2 hipotesis diterima dan 2 hipotesis ditolak yang telah dirumuskan. Hipotesis pertama bahwa terdapat hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis, dengan demikian semakin besar harga diri yang diperoleh dan dukungan sosial yang tinggi pada guru, maka kesejahteraan psikologis akan semakin banyak dan besar. Kedua, ada hubungan positif antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis. semakin tinggi harga diri makin tinggi kesejahteraan psikologis. Ketiga, tidak ada hubungan antara dukungan social dengan kesejahteraan psikologis. semakin tinggi dukungan sosial tidak mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Keempat, tidak ada perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis pada guru pria dan guru wanita. Tingkat kesejahteraan psikologis wanita sama setingkat dengan kesejahteraan psikologis pria. Hal ini disebabkan karena berbedanya subjek yang di peroleh peneliti didominasi oleh pria.

Berdasarkan hasil penelitian diatas yang di uraikan sebelumnya maka penulis memberikan saran yaitu: 1) Masyarakat secara umum pekerjaan guru adalah mulia meskipun dengan gaji yang kecil karena kesulitannya progres yang harus diterima oleh program pemerintah sehingga beban yang tinggi harus dijalani sebagai bentuk kewajiban serta hak setiap manusia, karna guru juga manusia yang tidak sempurna sehingga demi memenuhi kebutuhan dalam hidup guru juga harus menjadi apa saja dalam pemenuhan tersebut yang didukung oeh harga diri dan dukungan sosia yang ada dilingkungannya; 2) Bagi subjek atau guru laki-laki maupun perempuan jadilah sosok yang sejahtera secara psikologis sehingga dapat sepenuh hati dalam mencerdaskan anak bangsa sebagai tombak penerus pemerintahan kedepan, sehingga diri menjadi contoh yang teladan yang baik bagi peserta didik kita; 3) Hendaknya pemerintah, tokoh agama/tokoh masyarakat lebih memaksimalkan peran mereka dalam memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang pentingnya guru dalam mencerdaskan anak bangsa dengan dilibatkan kedalam masyarakat sebagai bentuk penghargaan akan adanya guru yang berada ditengah-tengah masyarakat; 4) Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperkaya penelitiannya menggunakan variabel-variabel lain yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis selain faktor harga diri dan dukungan sosial. Dengan menggunakan mix metode yakni penggabungan antara kedua metode kualitatif dan kuantitatif sehingga hasil data bisa sangat terpercaya dengan data saing mendukung antara kualitatif dan kuantitatif.

Referensi

- Aisyah, Asti.,& Rohmatun, C.(2018) *Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar*. *proyeksi*, Vol. 13 (2) 2018, 1-14 ISSN: 1907-8455.
- Coopersmith, S. (1998) *The Antecedent of Self Esteem*. San Fransisco: W.H. Freeman Comp.
- Dewi, K. S. (2012). *Kesehatan mental*. Semarang : UNDIP Press.
- Fauziyah, Mufid., musihati, (2016) *Harga diri, Dukungan Sosial, Kepribadian dan kesejahteraan psikologis siswa*. *Jurnal Pendidikan Humaniora* pISSN: 2338-8110 / eISSN: 2442-3890 Volume 6, Nomor 1, Maret 2018, hlm. 17-23 Tersedia online di <http://journal.um.ac.id/index.php/jph>.
- Fitri, Miftahul.,(2014) PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* DAN DUKUNGAN SOSIAL PADA HOMOSEKSUAL DITINJAU DARI KEANGGOTAAN Character. Volume 03 Nomor 2 Tahun 2014 Di unduh 30 ags 2019 dari <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/10991/10519>.
- Faturochman, dkk. (2012). *Psikologi untuk Kesejahteraan Masyarakat*.Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kamus besar Bahasa Indonesia di unduh kamis 5 september 2019 dari <https://kbbi.web.id/sejahtera>.
- Ism sapulidi 29 maret 2019, artikel di unduh rabu 4 september 2019 dari <http://bangimam-berbagi.logspot.com/2019/03/ini-jumlah-guru-honorer-di-indonesia.html>.
- Hamburger. (2009). *Technology and psychological well-being*.
- Harjo, Suryani., Eryanti. Novita.,(2015) HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA KORBAN *SEXUAL ABUSE* ISSN : 2085-6601 EISSN : 2502-4590 Di unduh 30 ags 2019 dari <http://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/856/834>.
- Hidalgo, J.L.T., Bravo, B.N., Martínez, I.P., Pretel, F.A., Postigo, J.M.L., & Rabadán, F.E. (2010). *Psychological Well-Being, Assessment Tools and Related Factors*. In Ingrid E. Wells (Editor). *Psychological WellBeing*. New York: Nova Science Publisher.
- O'Brien, M. (2008). *Well-Being and Post-Primary Schooling: A Review of the Literature and Research*. Dublin: NCCA.
- Odaci, H. (2013). The Role of Computer Self-Efficacy, SelfEsteem, and Subjective Well-Being in Predicting Research Self-Efficacy Among Postgraduate Students. *Asia-Pacific Education Researcher*, 22, 399-406.
- Risma, Devi., nurlika,(2015) HUBUNGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN KINERJA GURU PAUD SE KOTA PEKANBARU, *EDUCHILD* Vol. 4 No. 2 Tahun 2015 di unduh tangga 3 sep 2019 dari <https://media.neliti.com/media/publications/22959-ID-hubungan-kesejahteraan-psikologis-dengan-kinerja-guru-paud-se-kota-pekanbaru.pdf>.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.

Ryff, Carol D., & Keyes, Corey L.M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 69, No. 4, 719-727.

Susanti, (2012) HUBUNGAN HARGA DIRI DAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA WANITA LAJANG DITINJAU DARI BIDANG PEKERJAAN *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.1 No.1 (2012)* Di unduh 30 ags 2019 dari <http://www.journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/70/50>.

Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the big five facets. *Journal of Personality and Individual Different* , 46, 443-447.