

## Dampak Dukungan Sosial, Optimisme, Religius, dan Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Subyektif Guru

Komang Yuiin<sup>1\*</sup>, Anak Agung Gede Agung<sup>2</sup>, Kadek Rihendra Dantes<sup>3</sup> 

<sup>1,2,3</sup> Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

\*Corresponding author: [yuinmang763@gmail.com](mailto:yuinmang763@gmail.com)

### Abstrak

Seseorang yang mengalami kesejahteraan subjektif rendah akan mempersepsikan dan menafsirkan segala kejadian dalam hidupnya sebagai peristiwa yang tidak menguntungkan. Hal ini akan menimbulkan respons emosional yang negatif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dukungan sosial, optimisme, religiusitas, serta harga diri berkontribusi pada kesejahteraan subjektif guru. Penelitian ini merupakan penelitian “ex-post facto” yang dilakukan dengan jumlah sampel sebanyak 164 orang. Metode pengumpulan data melalui penggunaan kuesioner serta dokumen. Instrumen pengumpulan data dengan kuesioner. Analisis data dilakukan dengan pendekatan regresi sederhana, regresi berganda, serta korelasi parsial. Temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan kontribusi penting antara dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif guru. Kedua, terdapat perbedaan yang mencolok antara optimisme dan kesejahteraan subjektif guru. Ketiga, terdapat hubungan yang kuat antara sikap guru agama dengan kepuasan yang mereka rasakan di sekolah. Keempat, terdapat hubungan yang kuat antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif guru yang menunjukkan adanya hubungan yang cukup besar. Disimpulkan bahwa adanya hubungan yang kuat antara dukungan sosial, optimisme, religiusitas, dan harga diri dengan kesejahteraan subjektif guru.

**Kata Kunci:** Dukungan sosial, Harga diri, Optimisme, Religiusitas.

### Abstract

*A person who experiences low subjective well-being will perceive and interpret all events in his life as unfavorable events. This will lead to a negative emotional response. This study aims to analyze how social support, optimism, religiosity, and self-esteem contribute to teachers' subjective well-being. This research is an “ex-post facto” research conducted with a total sample of 164 people. Data collection methods through the use of questionnaires and documents. Data collection instruments with questionnaires. Data analysis was conducted using simple regression, multiple regression, and partial correlation approaches. The findings showed a strong relationship and important contribution between social support and teachers' subjective well-being. Second, there is a notable difference between optimism and teachers' subjective well-being. Third, there is a strong relationship between religious teachers' attitudes and the satisfaction they feel at school. Fourth, there is a strong relationship between self-esteem and teachers' subjective well-being, which shows a considerable relationship. It is concluded that there is a strong relationship between social support, optimism, religiosity, and self-esteem with teachers' subjective well-being.*

**Keywords:** Social support, Self-esteem, Optimism, Religiosity.

## 1. PENDAHULUAN

Kesejahteraan subjektif mengacu pada keadaan kepuasan dan kepuasan yang diperoleh dari penilaian pengalaman pribadi. Kesejahteraan subjektif berkaitan dengan pengalaman baik dan kepuasan keseluruhan yang dimiliki individu terhadap keberadaannya (Pratiwi, 2023; Rahmawati, 2020). Kesejahteraan subyektif mengacu pada evaluasi positif terhadap kehidupan seseorang. Individu dengan kesejahteraan subjektif yang tinggi memiliki perasaan bahagia dan puas yang mendalam di hadapan keluarga atau teman dekat mereka (Huang et al., 2021; Martadinata, 2020; Sabiq & Miftahuddin, 2018). Individu yang memiliki

#### History:

Received : January 03, 2024

Accepted : May 10, 2024

Published : May 25, 2024

**Publisher:** Undiksha Press

**Licensed:** This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 License



kemampuan berpikir kreatif, memiliki pandangan optimis, menunjukkan ketekunan, dan menunjukkan frekuensi tersenyum yang lebih tinggi cenderung menahan diri untuk tidak mengakui ketidakbahagiaan mereka (Romdin, 2020; Widarna, 2023). Seseorang yang mengalami kesejahteraan subjektif rendah akan mempersepsikan dan menafsirkan segala kejadian dalam hidupnya sebagai peristiwa yang tidak menguntungkan. Hal ini akan menimbulkan respons emosional seperti khawatir, putus asa, dan marah (Nurhasyimah, 2022; Nurjamaludin, 2021). Kesejahteraan subjektif memiliki dua elemen yang saling berhubungan: kepuasan hidup dan emosi positif. Perasaan senang dikaitkan dengan emosi, sedangkan kepuasan hidup dikaitkan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan hidup secara keseluruhan (Hidayah, 2021; Hidayati, 2023). Kesejahteraan subjektif berkaitan dengan penilaian kesejahteraan yang bersumber dari keadaan internal seseorang, seperti tingkat kebahagiaannya. Misalnya, jika seseorang berpenghasilan di bawah sembilan ratus ribu rupiah per bulan, namun tetap merasakan kebahagiaan, hal ini menunjukkan rasa puas dan emosi positif seperti kegembiraan, kemudahan, ketenangan, dan terbebas dari sensasi negatif seperti kesedihan, kebingungan, dan ketegangan. Untuk mencapai kesejahteraan subjektif, diperlukan dukungan sosial dari berbagai sumber, termasuk keluarga, teman, dan individu penting lainnya (Mellinia, 2020; Razak, 2021). Kesejahteraan atau kesenangan subjektif sebagian besar berkaitan dengan penilaian internal dan subjektif. Menjalani hidup sederhana dengan penghasilan bulanan satu juta rupiah tetap bisa mendatangkan kebahagiaan yang ditandai dengan rasa puas dan emosi positif seperti gembira, tenteram, puas, nyaman, dan tenteram, dengan minim perasaan takut, sedih, iri, marah, dan stres. Selain pendapatan, beban kerja mengajar berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan subjektif guru. Beban mengajar yang berlebihan dapat meningkatkan tingkat stres dan ketegangan (Hasanah, 2024; Mohd, 2020). Guru harus mengerahkan upaya tambahan untuk memastikan bahwa lingkungan pembelajaran tetap menyenangkan dan tidak terganggu.

Guru mempunyai tanggung jawab untuk mendorong pembelajaran guna menjamin tingkat pendidikan tertinggi bagi siswa. Guru harus secara konsisten menunjukkan kreativitas, kecerdikan, dan kesenangan dalam menyampaikan konten pendidikan dengan teknologi digital agar dapat memberikan dampak yang bermanfaat bagi siswa (Arifin, 2020; Setyawan, 2023). Hasil wawancara yang disampaikan oleh RA 25<sup>th</sup> yang berstatus sebagai pegawai non ASN menyampaikan bahwa dirinya mendapatkan gaji yang rendah dengan jumlah jam mengajar mencapai 30 jam mata pelajaran, hal ini dirasa mengecewakan karena jumlah jam mengajar dengan tunjangan yang diperoleh tidak sepadan sedangkan ia harus berkontribusi terhadap pendapatan keluarga. Senada dengan pendapat yang disampaikan oleh ANSL 27<sup>th</sup> ia menyampaikan bahwa merasa tidak optimis akibat beban ajar dan tuntutan kurikulum merdeka yang sedang dikembangkan, sebagai contoh implementasi pembelajaran berdiferensiasi yang artinya model pembelajaran dalam satu kelas berbeda sesuai dengan kemampuan, minat serta kebutuhan peserta didik. Senada dengan pendapat yang disampaikan oleh DA 27<sup>th</sup> beranggapan bahwa ia tidak mampu menghadapi tuntutan kurikulum merdeka karena kemampuan pedagogiknya dirasa belum siap mengimplementasikan pembelajaran berdiferensiasi. Berbeda halnya dengan pendapat yang disampaikan oleh PW 30<sup>th</sup> ia merasa tidak nyaman dalam bekerja karena kondisi keluarga yang tidak baik, ia harus menyelesaikan pekerjaan rumah tangga sebelum berangkat bekerja karena ia hanya tinggal dengan suami dan anak anaknya. Ia merasa sangat lelah dan tidak mendapatkan penghargaan dari suami meskipun sudah menyelesaikan pekerjaan rumah tangga hingga berkontribusi terhadap pendapatan keluarga, akibatnya EK 30<sup>th</sup> tidak mampu dan mengembangkan karir dalam pekerjaannya.

Hal ini didukung dengan kesimpulan oleh beberapa individu yang mengarah pada gangguan harga diri yang rendah akibat apresiasi negatif yang diberikan oleh lingkungan sekitar seperti rekan kerja hingga keluarga, hal ini mengakibatkan depresi bagi guru. Adapun

pendapat yang disampaikan oleh ADA 35<sup>th</sup> yang berpendapat bahwa dukungan sosial yang diperoleh dari teman sejawat sangatlah rendah hal ini mengakibatkan rendahnya motivasi dan optimisme terhadap diri sendiri dalam menyelesaikan beban kerja yang diperoleh, selain itu gaji yang didapatkan tidak sesuai dengan beban kerja sehingga sangat malas untuk menyelesaikan beban kerja yang diperoleh. Hal ini didukung dengan kesimpulan oleh beberapa individu yang diwawancarai pendapat mereka mengarah pada rendahnya dukungan sosial yang diberikan oleh rekan kerja terutama kepada waka kurikulum, kesiswaan hingga waka sarana prasarana padahal tugas yang diberikan kepada waka tidak hanya mengajar 24 jam tetapi juga menyelesaikan beberapa pekerjaan seperti administrasi kurikulum, administrasi kesiswaan dan administrasi sarana prasarana. Hal ini dirasa sangat berat karena menimbulkan rendahnya motivasi kerja. Sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh IDPK 24<sup>th</sup> menyampaikan bahwa toleransi dari teman sebaya sangatlah rendah dan juga timbul perasaan tidak saling menghargai, permasalahan ini menimbulkan rasa tidak puas dalam menyelesaikan pekerjaan sehingga timbul rasa kecewa yang berlebihan. Ia juga menyampaikan bahwa hubungan bathin dirinya dengan Tuhan dirasa belum cukup sehingga senantiasa timbul perasaan yang berlebihan hingga timbul rasa tidak nyaman. Hal ini didukung dengan kesimpulan oleh beberapa individu yang beranggapan bahwa religiusitas pendidik sangatlah rendah hal ini dibuktikan dengan terdapat beberapa pendidik yang masih melaksanakan tugas dan bahkan mengobrol pada saat jam sembahyang dimulai, hal ini menandakan bahwa kesadaran pendidik sangatlah rendah terutama membangun hubungan batin dengan Tuhan.

Penelitian ini menguji pengaruh empat variabel independen terhadap kesejahteraan subjektif, dengan satu variabel dependen. Penelitian ini menguji dukungan sosial, optimisme, religiusitas, dan harga diri sebagai variabel independen, sedangkan kesejahteraan subjektif sebagai variabel dependen. Dukungan sosial, yang merupakan faktor penentu kesejahteraan subjektif, merupakan persyaratan penting bagi semua organisme dalam kehidupan sehari-hari. Manusia pada dasarnya adalah makhluk sosial yang bergantung pada bantuan orang lain dalam segala aspek keberadaannya (Laurita & Rusli, 2021; Sabiq & Miftahuddin, 2018; Sulastri & Hartoyo, 2014; Widarna, 2023) Dukungan sosial mengacu pada konsep bahwa hubungan sosial dapat berdampak positif pada kesejahteraan mental dan fisik. Terciptanya dukungan sosial dikaitkan dengan konsep bahwa banyak orang bersedia menawarkan bantuan kepada mereka yang menghadapi kesulitan, sehingga menghasilkan emosi yang baik bagi individu yang bersangkutan (Hariyanti, 2020; Maslihah, 2011). Dukungan sosial tidak hanya menawarkan bantuan kepada individu tetapi juga mencakup pandangan penerima terhadap bantuan yang diberikan. Oleh karena itu, dukungan sosial mempunyai nilai penting dalam menumbuhkan rasa bangga (Ahyani, 2012; Thohiroh, 2019). Dukungan sosial merupakan penentu utama kesejahteraan subjektif dan berpotensi meringankan tantangan yang dialami individu. Faktor yang memberikan pengaruh paling besar terhadap kesejahteraan subjektif adalah dukungan sosial (Putri, 2016; Solehuddin et al., 2017; Thohiroh et al., 2019). Kesejahteraan subjektif dapat dicapai oleh individu yang menerima dukungan sosial yang besar dari keluarga, kenalan dekat, dan sahabatnya (Laurita, 2021; Yulfa, 2022). Bantuan sosial berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan subjektif. Ketika individu diberikan dukungan sosial, hal ini menumbuhkan keyakinan mereka pada kemampuan mereka sendiri untuk mengatasi keadaan yang menantang (Khomaini, 2020; Wijayanti, 2020). Dukungan sosial berpotensi meningkatkan kesejahteraan mental dan mengurangi tingkat stres pada individu (Siregar, 2024) (Maulinda, n.d.).

Peningkatan dukungan sosial dikaitkan dengan penurunan tingkat kecemasan dan stres. Dukungan sosial dapat diwujudkan dalam bentuk perhatian, bantuan dari masyarakat, keluarga, dan lembaga. Besarnya dukungan sosial yang diperoleh akan meningkatkan sensasi kegembiraan, kebahagiaan, dan kasih sayang. Dukungan sosial memiliki dampak yang

signifikan terhadap kesejahteraan subjektif seseorang (Sardi & Ayriza, 2020; Weken et al., 2020). Dampak penting dan menguntungkan dari dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif remaja, dengan nilai koefisien standar sebesar 0,306. Variabel dukungan sosial menyumbang 94% varian kesejahteraan subjektif di kalangan remaja (Maulinda, n.d.; Sardi & Ayriza, 2020). Remaja yang mengalami kesejahteraan subjektif lebih mungkin untuk berhasil mencapai aktualisasi diri dan menavigasi melalui berbagai tahap perkembangan mereka. Sebaliknya, mereka yang kurang mendapat dukungan sosial dari teman sebayanya mungkin merasa tidak berharga, merasa kurang mendapat perhatian dari orang lain, dan memiliki citra diri negatif, yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan subjektifnya. Yang mempunyai kedudukan atau level rendah. Selain dukungan sosial, kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh optimisme dan harga diri (Ariyanto et al., 2019; Martadinata, 2020). Berdasarkan temuan peneliti sebelumnya bahwa dukungan sosial berdampak terhadap kesejahteraan subjektif. Pekerja memandang dukungan sosial sebagai hal yang penting untuk meningkatkan kinerja mereka dan mencapai kesenangan hidup (Pasya, 2022; Wijayanti et al., 2020; Wiwin, 2022). Dukungan sosial adalah elemen yang paling berpengaruh secara konsisten terhadap kesejahteraan subjektif. Kesehatan dan kesejahteraan individu dapat dipengaruhi secara positif oleh dukungan sosial. Bantuan sosial berpotensi meningkatkan kesejahteraan mental. Seorang individu memerlukan dukungan sosial dari lingkaran sosialnya untuk mengurangi dampak buruk yang dirasakan, sehingga mengurangi pengaruh negatif dan mempertahankan stabilitas kesejahteraan subjektif (Hasibuan et al., 2018; Susilaningrum & Wijono, 2023). Hal senada diungkapkan oleh peneliti lain yang menyatakan bahwa dukungan sosial berpotensi meningkatkan kesejahteraan subjektif individu. Kehadiran dukungan sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif seseorang karena dapat meningkatkan evaluasi kepuasan hidup (Sabiq & Miftahuddin, 2018; Sestiani, 2022). Dukungan sosial mengacu pada bantuan dan dukungan yang diterima individu dari interaksinya dengan orang lain. Dukungan ini meningkatkan emosi positif dan meningkatkan harga diri, yang pada akhirnya mengarah pada kesejahteraan secara keseluruhan.

Dukungan sosial juga dapat mengurangi perilaku dan perasaan buruk, sekaligus mengurangi tingkat stres (Desi, 2022; Fatimah, 2023; Nurul, 2021; Sardi & Ayriza, 2020). Optimisme, sebagai konstruksi kognitif, merupakan komponen kedua yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif (Sabiq & Miftahuddin, 2018; Sari & Maryatmi, 2019). Optimisme mempunyai pengaruh yang baik dan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif. Individu yang optimis menunjukkan peningkatan tingkat kesejahteraan subjektif karena keyakinan mereka yang teguh terhadap kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan yang mereka hadapi (Nuraini, 2020; Sabiq & Miftahuddin, 2018). Optimisme berhubungan positif dengan kesejahteraan subjektif. Pola pikir optimis adalah mempertahankan pandangan positif dan secara konsisten berupaya memperbaiki masa kini guna menciptakan masa depan yang lebih cerah. Individu dengan pola pikir optimis cenderung menuju masa depan yang lebih baik, sehingga menghasilkan sensasi kepuasan dan kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi. Adanya korelasi penting antara optimisme, dukungan sosial, dan kesejahteraan subjektif (Anin, 2022; Irianti, 2020; Rizkillah & Anjar Wati, 2021). Religiusitas adalah penentu ketiga kesejahteraan subjektif. Terdapat korelasi positif antara tingkat religiusitas individu dengan kesejahteraan subjektifnya. Dengan kata lain, semakin religius seseorang, maka semakin besar pula kesejahteraannya, sedangkan mereka yang memiliki tingkat religiusitas rendah mempunyai tingkat kesejahteraan yang lebih rendah. Religiusitas mengacu pada intensitas dan keyakinan individu dalam keyakinannya kepada Tuhan. Religiusitas mengacu pada hubungan individu dengan Tuhan, yang mengarah pada kesediaan untuk memenuhi keinginan Tuhan dan menjauhkan diri dari tindakan yang tidak sesuai dengan kehendak Tuhan (Aminudin, 2020; Khairudin & Mukhlis, 2019; Tina & Utami, 2018).

Harga diri yang tinggi merupakan komponen keempat yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif. Dengan menumbuhkan rasa harga diri yang kuat, instruktur akan diperlengkapi untuk mengakui dan menerima kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki. Dia akan mencapai kapasitas untuk menerima diri sendiri dan menjalani kehidupan yang memuaskan. Harga diri adalah penilaian diri yang dibuat individu, biasanya terkait dengan rasa harga diri mereka. Hal ini mencerminkan sikap mereka setuju atau tidak setuju dan menunjukkan sejauh mana mereka menganggap diri mereka mampu, signifikan, berprestasi, dan dihargai (Genç & Arslan, 2021; Kurnianita, 2018). Untuk mencapai rasa kepuasan dan kesejahteraan subjektif dalam pekerjaannya, individu seperti guru SMPN di Kecamatan Mendoyo memerlukan dukungan sosial, optimisme, religiusitas, dan harga diri. Para guru yang mendapat dukungan sosial dari keluarga, teman, dan pemerintah ini sangat menikmati pekerjaannya sebagai pendidik karena bantuan yang mereka terima. Dalam penelitian terdahulu terdapat hasil yang memiliki hasil positif maupun negatif yang menunjukkan hubungan antara penerimaan diri dan kesejahteraan subjektif. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti melakukan penelitian ini dengan tujuan menganalisis dampak dukungan sosial, optimisme, religiusitas, dan harga diri terhadap kesejahteraan subjektif guru.

## 2. METODE

Penelitian dilakukan di SMPN Kecamatan Mendoyo. Penelitian ini termasuk dalam topik penelitian kuantitatif dengan pendekatan “ex post facto”. Tidak ada variabel yang dimanipulasi dalam penelitian ini, karena kondisi variabel yang dianalisis bersifat observasi atau berkelanjutan. Data penelitian terdiri dari lima variabel, yang meliputi satu variabel terikat dan empat variabel bebas. Variabel independen terdiri dari dukungan sosial (X1), optimisme (X2), religiusitas (X3), dan harga diri (X4). Variabel yang diukur adalah kesejahteraan subjektif (Y). Sebanyak 220 instruktur dari sekolah SMPN di Kecamatan Mendoyo mengikuti survei tersebut. Sampel adalah bagian terpilih dari suatu populasi yang dianggap mewakili keseluruhan populasi. Besar sampel ditentukan dengan rumus Slovin dengan margin of error 5 persen jika jumlah populasi melebihi 100. Jumlah sampel yang digunakan adalah 164, metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode kuesioner. Data penelitian dikategorikan berdasarkan variabel individu, antara lain dukungan sosial, optimisme, religiusitas, harga diri, dan kesejahteraan subjektif. Statistik yang digunakan dalam analisis data dalam penelitian ini adalah teknik regresi sederhana, regresi ganda, dan korelasi parsial.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian ini menggunakan ukuran sampel sebanyak 164 partisipan. Temuan dalam penelitian ini dikategorikan ke dalam variabel berikut: dukungan sosial (X1), optimisme (X2), agama (X3), harga diri (X4), dan kesejahteraan subjektif (Y). Untuk memahami secara menyeluruh mengenai sebaran skor setiap variabel, berikut informasi skor maksimum, skor minimum, nilai rata-rata, simpangan baku, varians, median, modus histogram, dan kategori masing-masing variabel. Tabel 1 menampilkan ringkasan statistik deskriptif yang diperoleh dari pengolahan data menggunakan IBM SPSS 26.0.

Rangkuman statistik di atas memberikan gambaran mengenai ciri sebaran skor jawaban responden masing-masing variabel dalam penelitian ini. Hasil uji prasyarat menunjukkan bahwa data berasal dari populasi yang mengikuti distribusi normal. Terdapat hubungan linier antara variabel dukungan sosial (X1), optimisme (X2), agama (X3), harga diri (X4), dan kesejahteraan subjektif (Y). Data penelitian tidak menunjukkan adanya



permasalahan multikolinearitas, autokorelasi, maupun heteroskedastisitas. Teknik analisis regresi sederhana digunakan untuk menilai hipotesis pertama, kedua, dan ketiga. Untuk mengevaluasi hipotesis keempat, peneliti menggunakan pendekatan analisis regresi berganda yang selanjutnya dilanjutkan dengan korelasi parsial. Untuk memberikan pengenalan singkat tentang analisis regresi dan regresi berganda, yang melibatkan mempelajari hubungan antara variabel terikat dan satu atau lebih variabel bebas disajikan pada [Tabel 2](#).

**Tabel 1.** Rangkuman Statistik Dari Variabel Dukungan Sosial, Optimisme, Religiusitas, dan Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Subjektif Guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo

|                    | Dukungan sosial |           |          | Kesejahteraan subjektif |          |
|--------------------|-----------------|-----------|----------|-------------------------|----------|
|                    |                 | Optimisme | Religius | Harga diri              |          |
| Mean               | 114,0183        | 117,7683  | 137,2622 | 129,1951                | 108,1159 |
| Std. Error of Mean | 0,53526         | 0,55605   | 0,49718  | 0,50731                 | 0,51233  |
| Median             | 113,0000        | 117,0000  | 136,0000 | 128,0000                | 107,0000 |
| Mode               | 110,00          | 116,00    | 135,00   | 125,00                  | 107,00   |
| Std. Deviation     | 6,85474         | 7,12087   | 6,36696  | 6,49670                 | 6,56109  |
| Variance           | 46,987          | 50,707    | 40,538   | 42,207                  | 43,048   |
| Range              | 30,00           | 33,00     | 28,00    | 45,00                   | 30,00    |
| Minimum            | 100,00          | 102,00    | 125,00   | 101,00                  | 95,00    |
| Maximum            | 130,00          | 135,00    | 153,00   | 146,00                  | 125,00   |

**Tabel 2.** Rangkuman Analisis Regresi dan Regresi Ganda dukungan social (X1), optimisme (X2), religiusitas (X3), harga diri (X4), dan kesejahteraan subjektif (Y)

| Variabel   | Persamaan garis regresi                                  | $r_{xy}$ | $r_{parsial}$ | $R_y$        | F hit          | $R_y^2$      | SE (%)       | Ket |
|------------|--|----------|---------------|--------------|----------------|--------------|--------------|-----|
| X1 – Y     | $Y = 12,845 + 0,836 X1$                                  | 0,873    | 0,319         | -            | -              | -            | <b>16,11</b> | Sig |
| X2 – Y     | $Y = 13,769 + 0,801 X2$                                  | 0,869    | 0,364         | -            | -              | -            | <b>18,05</b> | Sig |
| X3 – Y     | $Y = 23,440 + 0,958 X3$                                  | 0,930    | 0,519         | -            | -              | -            | <b>37,66</b> | Sig |
| X4 – Y     | $Y = 6,554 + 0,888 X4$                                   | 0,879    | 0,387         | -            | -              | -            | <b>19,98</b> | Sig |
| X1X2X3 – Y | $Y = 22,122 + 0,178 X1 + 0,192 X2 + 0,419 X3 + 0,231 X4$ | -        | -             | <b>0,960</b> | <b>473,228</b> | <b>0,923</b> | <b>92,44</b> | Sig |

Teknik yang digunakan adalah korelasi orde kedua, khususnya korelasi parsial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara satu variabel independen dengan variabel dependen, dengan tetap menjaga variabel independen lainnya tetap konstan. Hasil yang diperoleh dari analisis disajikan pada [Tabel 3](#).

**Tabel 3.** Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Parsial Variabel Dukunagn Sosial, Optimisme, Religiusitas Dan Harga Diri dengan Kesejahteraan Subjektif

| Korelasi parsial | Koefisien korelasi | t hitung | t tabel | Keterangan |
|------------------|--------------------|----------|---------|------------|
| $r_{1y-234}$     | 0,319              | 4,247    | 1,69726 | Signifikan |
| $r_{2y-134}$     | 0,364              | 4,929    | 1,69726 | Signifikan |
| $r_{3y-124}$     | 0,519              | 7,657    | 1,69726 | Signifikan |
| $r_{4y-123}$     | 0,387              | 5,294    | 1,69726 | Signifikan |

## Pembahasan

Melalui pengujian hipotesis, ditentukan bahwa dukungan sosial mempunyai pengaruh positif dan besar terhadap kesejahteraan subjektif. Hubungan tersebut diwakili oleh persamaan garis regresi  $Y = 12,845 + 0,836 X_1$ , dengan nilai  $F_{reg}$  sebesar 518,922. Koefisien korelasinya sebesar 0,873 dan memberikan kontribusi sebesar 76,2%. Sederhananya, sistem dukungan sosial yang lebih kuat berkorelasi dengan tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi. Variabel dukungan sosial mempunyai pengaruh signifikan (SE) sebesar 16,11% terhadap kesejahteraan subjektif guru SMPN di Kecamatan Mendoyo. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai prediktor yang dapat diandalkan mengenai kesejahteraan subjektif guru di sekolah SMPN di Kabupaten Mendoyo. Dengan kata lain, dukungan sosial mempunyai peranan penting dalam memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan guru di sekolah SMPN di Kecamatan Mendoyo secara keseluruhan. Secara signifikan dukungan sosial berpengaruh positif terhadap kesejahteraan subjektif. Guru-guru memainkan peran penting dalam membentuk masa depan generasi muda. Namun, pekerjaan guru seringkali dihadapkan pada berbagai tekanan dan tantangan yang dapat berdampak pada kesejahteraan mereka. Salah satu faktor yang mampu membantu guru mengatasi tekanan ini adalah dukungan sosial yang mereka terima dari berbagai sumber. Kesejahteraan subjektif guru melibatkan aspek-aspek seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, dan tingkat stres (Martadinata, 2020; Rahmawati, 2020). Hal ini memiliki pengaruh langsung terhadap kualitas pengajaran yang mereka sampaikan dan berdampak pada pertumbuhan siswa. Dukungan sosial, yang dapat berasal dari teman, keluarga, kolega, atau komunitas sekolah, mencakup berbagai bentuk seperti dukungan emosional, dukungan instrumental, dan bantuan informasi. Masing-masing bentuk bantuan ini dapat berkontribusi untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif guru (Khasanah & Pratisti, 2022; Widarna, 2023).

Dukungan sosial memiliki dampak yang signifikan pada kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo. Dukungan sosial dapat membantu guru mengurangi tingkat stres yang dialami. Ketika guru merasa didukung oleh rekan-rekan kerja, kepala sekolah, dan komunitas sekolah, maka lebih mampu mengatasi tekanan yang muncul dalam pekerjaan. Dukungan sosial dapat meningkatkan kepuasan kerja guru. Ketika merasa dihargai dan diberikan pengakuan, guru-guru cenderung lebih puas dengan pekerjaannya, yang pada gilirannya berdampak positif pada kualitas pengajaran dan hasil belajar siswa. Dukungan emosional dari rekan-rekan kerja dan komunitas sekolah dapat meningkatkan kesejahteraan emosional guru. Guru-guru akan merasa lebih bahagia dan lebih termotivasi dalam melaksanakan tugas-tugasnya (Martadinata, 2020; Weken et al., 2020). Kesejahteraan subjektif guru yang tinggi berdampak positif pada kinerja di kelas. Guru yang merasa bahagia dan puas dengan pekerjaan cenderung memberikan pengajaran yang lebih baik dan lebih efektif. Dukungan sosial juga dapat membantu mengurangi risiko burnout, yang merupakan masalah serius di antara guru. Dengan dukungan yang tepat, guru lebih mampu mengatasi beban kerja yang tinggi dan stres yang berkelanjutan (Hariyanti, 2020; Khasanah & Pratisti, 2022). Dalam rangka meningkatkan kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo, penting untuk mempromosikan dan memfasilitasi dukungan sosial. Adapun beberapa hal yang perlu dilakukan ialah membangun ikatan yang kuat di antara staf sekolah dan mempromosikan kolaborasi yang sehat. Dengan memberikan akses ke pelatihan dan pengembangan profesional, guru dapat merasa lebih kompeten dalam pekerjaannya, yang dapat meningkatkan kesejahteraan dilingkungan sekolah. Memastikan bahwa guru merasa bebas untuk berbicara tentang masalah dan keprihatinan masing-masing adalah kunci. Ini membantu mengidentifikasi masalah lebih awal dan mencari solusi bersama. Memberikan pengakuan dan apresiasi atas prestasi guru dapat meningkatkan kesejahteraannya. Selain itu

dapat menyediakan akses ke dukungan konseling bagi guru yang mungkin membutuhkannya (Nurjamaludin, 2021; Romdin, 2020).

Dukungan sosial memiliki dampak yang signifikan pada kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo. Guru yang merasa didukung oleh rekan-rekan kerja, keluarga, dan komunitas sekolah cenderung lebih bahagia, puas, dan mampu mengatasi stres dalam melakukan pekerjaan. Oleh karena itu, penting bagi sekolah dan lembaga pendidikan untuk memberikan prioritas pada pengembangan komunitas yang mendorong dukungan guru dan menjamin akses mereka terhadap bantuan yang diperlukan. Dengan meningkatkan kesejahteraan guru, kualitas pendidikan yang diberikan kepada siswa secara keseluruhan dapat ditingkatkan (Pratiwi, 2023; Rahmawati, 2020; Romdin, 2020). Melalui pengujian hipotesis diketahui bahwa optimisme berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif. Hubungan tersebut diwakili oleh persamaan garis regresi  $Y = 13,769 + 0,801 X_2$ , dengan nilai  $F$  reg sebesar 501,868. Koefisien korelasi sebesar 0,869 menunjukkan hubungan positif yang kuat. Kontribusi hubungan ini sebesar 75,6%. Sederhananya, tingkat optimisme yang lebih tinggi berkorelasi dengan tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi. Variabel optimisme mempunyai pengaruh yang signifikan (standard error) sebesar 18,05% terhadap kesejahteraan subjektif guru SMPN di Kecamatan Mendoyo. Temuan ini menunjukkan bahwa optimisme dapat menjadi indikator yang dapat diandalkan untuk memprediksi kesejahteraan subjektif guru di sekolah SMPN di Kecamatan Mendoyo. Dengan kata lain, optimisme mempunyai peranan penting dalam memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan guru di sekolah SMPN di Kecamatan Mendoyo secara keseluruhan.

Efektivitas penelitian ini dalam menyangkal hipotesis nol dapat dikaitkan dengan pemahaman yang ada bahwa optimisme memiliki kapasitas untuk mempengaruhi kesejahteraan subjektif instruktur di lembaga pendidikan. Optimis adalah keyakinan bahwa individu dapat mencapai tujuan mereka, mengatasi hambatan, dan mencapai hasil yang positif dalam berbagai aspek kehidupan. (Arum, 2022; Nita, 2023). Dalam konteks kesejahteraan subjektif, optimisme memainkan peran kunci dalam membentuk bagaimana individu merasakan dan menilai kualitas hidup mereka. Optimisme adalah sikap mental yang mencakup keyakinan akan keberhasilan dan pemahaman realistis tentang situasi. Ada hubungan yang kuat antara optimisme dan kesejahteraan subjektif, yang mencakup kebahagiaan, kepuasan hidup, kesehatan mental yang lebih baik, kualitas hubungan interpersonal yang lebih tinggi, peningkatan kinerja, dan kemampuan untuk mengatasi tantangan dengan lebih baik (Dewanti & Ayriza, 2021; Hidayat, 2021). Melalui uji hipotesis diketahui bahwa religiusitas berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif. Hubungan tersebut diwakili oleh persamaan garis regresi  $Y = 23,440 + 0,958 X_3$ , dengan nilai  $F$  reg sebesar 1038,254. Koefisien korelasi sebesar 0,930 menunjukkan hubungan positif yang kuat. Kontribusi sebesar 86,5% menunjukkan bahwa variabel ini mempunyai dampak yang signifikan terhadap hasil keseluruhan. Sederhananya, tingkat religiusitas yang lebih tinggi dikaitkan dengan tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi. Variabel religiusitas mempunyai pengaruh yang signifikan (standard error) sebesar 37,66% terhadap kesejahteraan subjektif SMPN di Kecamatan Mendoyo. Religiusitas dapat menjadi prediktor yang dapat diandalkan terhadap kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo. Dengan kata lain, religiusitas berkontribusi positif terhadap kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo.

Temuan penelitian ini secara efektif menolak hipotesis nol, karena religiusitas mendorong perilaku dan memberikan pengaruh, yang mengarah pada modifikasi perilaku yang memfasilitasi pencapaian tujuan yang diinginkan. Religiusitas merujuk pada tingkat keterlibatan dan keyakinan individu dalam praktik agama atau spiritualitas. Praktik agama sering kali menjadi sumber dukungan sosial bagi individu. Dalam mengintegrasikan



religiusitas dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif guru, penting untuk menghormati dan memahami keragaman agama di Kecamatan Mendoyo. Masyarakat ini mencakup berbagai keyakinan agama, dan penghargaan terhadap perbedaan tersebut adalah langkah penting untuk menciptakan lingkungan inklusif dan mendukung bagi semua guru, tanpa memandang latar belakang agama mereka. Masyarakat, lembaga pendidikan, dan pemerintah setempat seharusnya bekerja bersama untuk menciptakan lingkungan yang aman, terbuka, dan inklusif bagi semua individu (Aisyah, 2023; Rizkillah, 2021). Dalam menghadapi tantangan kompleks dalam dunia pendidikan, terutama di daerah yang kaya akan keragaman budaya dan agama seperti Kecamatan Mendoyo, peran religiusitas dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif guru adalah aset berharga yang harus diperhitungkan. Hal ini bukan hanya berkaitan dengan kesejahteraan guru itu sendiri, tetapi juga berdampak pada kualitas pendidikan yang mereka berikan kepada generasi muda, yang merupakan fondasi masa depan bangsa. Oleh karena itu, pembahasan mengenai kontribusi religiusitas harus diintegrasikan dalam upaya untuk memperbaiki sistem pendidikan di daerah ini (Aditya, 2023; Wiwin, 2022). Hasil pengujian hipotesis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan positif secara statistik antara harga diri dan kesejahteraan subjektif. Hubungan tersebut diwakili oleh persamaan garis regresi  $Y = 6,554 + 0,888 X_4$ , dengan nilai F-regresi sebesar 549,780. Koefisien korelasi sebesar 0,879 menunjukkan kontribusi sebesar 77,2%. Sederhananya, harga diri yang lebih tinggi akan meningkatkan kesejahteraan subjektif. Variabel harga diri mempunyai pengaruh signifikan (SE) sebesar 19,98% terhadap kesejahteraan subjektif SMPN di Kecamatan Mendoyo. Harga diri dapat menjadi salah satu ukuran kesejahteraan subjektif guru SMPN di Kecamatan Mendoyo yang dapat diandalkan. Dengan kata lain, harga diri berperan besar dalam memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo.

Hasil penelitian ini berhasil menolak hipotesis nol karena harga diri berpengaruh positif terhadap kesejahteraan subjektif. Pendidikan adalah tulang punggung perkembangan suatu bangsa. Guru, sebagai agen utama dalam proses pendidikan, memiliki peran yang sangat vital dalam membentuk dan memajukan generasi muda. Kualitas pengajaran dan kesejahteraan guru sangat erat kaitannya dengan kualitas pendidikan yang diberikan. Di Kecamatan Mendoyo, sebuah daerah yang kaya akan budaya dan nilai-nilai tradisional, kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo adalah hal yang sangat penting. Dalam konteks ini, salah satu endid yang dapat berkontribusi besar terhadap kesejahteraan subjektif guru adalah harga diri. Harga diri, dalam konteks ini, mengacu pada penilaian individu terhadap diri mereka sendiri dan perasaan mereka tentang nilai dan kebermaknaan hidup mereka. Harga diri adalah konsep psikologis yang mencerminkan sejauh mana seseorang merasa puas dengan diri mereka sendiri dan merasa bahwa mereka memiliki nilai yang positif dalam masyarakat. Harga diri yang positif biasanya berdampak positif pada kesejahteraan subjektif seseorang.

Dalam konteks pendidikan, harga diri guru dapat sangat memengaruhi kualitas pengajaran mereka, interaksi dengan siswa, dan keterlibatan dalam proses pembelajaran. Guru dengan harga diri yang rendah mungkin merasa kurang yakin dalam pengajaran mereka, kurang termotivasi, dan kurang mampu menghadapi tantangan yang Pendidikan dengan profesi mereka. Sebaliknya, guru dengan harga diri yang tinggi cenderung lebih termotivasi, memiliki kualitas pengajaran yang lebih baik, dan lebih baik dalam mengelola endid. Harga diri dipengaruhi juga oleh dukungan pendidikan. Di daerah dengan budaya yang kaya seperti Kecamatan Mendoyo, guru mungkin merasa lebih terhubung dengan komunitasnya. Dukungan dari rekan guru, siswa, dan keluarga mungkin dapat meningkatkan harga dirinya. Saling menghormati dan saling mendukung dalam lingkungan pendidikan dapat menciptakan perasaan berharga dan dihormati di antara guru, yang pada gilirannya meningkatkan kesejahteraan subjektif (Nurul, 2021; Pasya, 2022). Kesempatan untuk

pengembangan pendidikan dan pelatihan yang relevan juga dapat memengaruhi harga diri guru. Ketika guru memiliki kesempatan untuk terus belajar dan meningkatkan keterampilan mungkin merasa lebih kompeten dan berharga dalam peran mereka. Hal ini dapat membantu meningkatkan kesejahteraan subjektif. Beban kerja yang berlebihan dan tekanan yang tinggi mungkin memiliki dampak endidik pada harga diri guru. Di daerah dengan tantangan endidikan khusus atau sumber daya terbatas, guru mungkin merasa terbebani dan kurang dihargai (Anin, 2022; Wiwin, 2022). Hal ini dapat merendahkan harga diri mereka dan pada akhirnya memengaruhi kesejahteraan subjektif. Kebijakan pendidikan dan pendididikan faktor eksternal lainnya juga dapat memengaruhi harga diri guru. Misalnya, ketidakpastian dalam kebijakan pendidikan, perubahan kurikulum, atau tekanan dari hasil tes dapat membuat guru merasa tidak dihargai atau tidak efektif. Ini dapat merusak harga diri mereka dan pada akhirnya memengaruhi kesejahteraan subjektif. Dalam mengatasi kontribusi harga diri terhadap kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo, penting untuk memahami kompleksitas hubungan ini. Kebijakan pendidikan setempat harus mendukung pengembangan pendidikan guru, mengurangi beban kerja yang tidak perlu, dan menciptakan lingkungan yang mendukung. Dukungan Pendidikan dari komunitas, rekan guru, dan siswa juga harus ditingkatkan. Mengadopsi pendekatan pendidik untuk kesejahteraan guru, yang mencakup aspek fisik, emosional, dan psikologis, adalah kunci dalam memastikan bahwa guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo memiliki harga diri yang tinggi dan kesejahteraan subjektif yang optimal (Sabiq & Miftahuddin, 2018; Thohiroh et al., 2019).

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa dukungan sosial, optimisme, religiusitas, dan harga diri secara bersama-sama mempunyai pengaruh positif dan signifikan secara statistik terhadap kesejahteraan subjektif. Hubungan tersebut diwakili oleh persamaan garis regresi  $Y = 22,122 + 0,178 X_1 + 0,192 X_2 + 0,419 X_3 + 0,231$ , dengan nilai regresi sebesar 473,228 termasuk sangat signifikan ( $\text{sig} = 0,00$ ). Hasilnya sangat signifikan, ditunjukkan dengan koefisien korelasi sebesar 0,960 yang menyumbang 92,3% dari keseluruhan kontribusi. Secara kolektif, faktor dukungan sosial, optimisme, agama, dan harga diri menyumbang 91,8% variasi kesejahteraan subjektif guru SMPN se-Kecamatan Mendoyo. Dukungan sosial adalah elemen kunci yang dapat memengaruhi kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo. Guru yang merasa didukung oleh rekan-rekan sejawat, siswa, dan komunitas sekolah dapat mengalami peningkatan kesejahteraan subjektif. Dukungan sosial bisa berupa dukungan emosional, dukungan instrumen, atau dukungan informasi. Guru yang merasa memiliki jaringan sosial yang kuat dan merasa didukung cenderung lebih bahagia, puas, dan termotivasi dalam melaksanakan tugas mereka. Dukungan sosial juga dapat berperan dalam mengurangi tingkat stres dan perasaan negatif yang mungkin timbul dalam profesi guru.

Optimisme adalah pola pikir yang baik terhadap masa depan dan keyakinan bahwa hasil positif akan terjadi. Guru dengan pandangan optimis umumnya mengalami kesejahteraan yang lebih subyektif. Mereka melihat tantangan sebagai peluang untuk pertumbuhan dan perkembangan, bukan sebagai hambatan. Optimisme dapat membantu guru menghadapi tekanan dalam lingkungan pendidikan dengan lebih baik, dan ini berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan subjektif. Optimisme mungkin menjadi aset berharga dalam menghadapi perubahan dalam kurikulum, tuntutan dari berbagai pihak, dan tantangan-tantangan lainnya (Dewanti & Ayriza, 2021; Wiwin, 2022). Religiusitas adalah faktor yang kuat dalam memengaruhi kesejahteraan subjektif. Guru yang memiliki keyakinan agama yang kuat dan terlibat dalam praktik keagamaan mungkin memiliki sumber dukungan tambahan dalam menghadapi stres dan tekanan. Keyakinan agama juga dapat memberikan makna dan tujuan dalam pekerjaan mereka, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif. Di lingkungan dengan latar belakang agama yang kuat seperti di Mendoyo, faktor ini mungkin memiliki dampak yang signifikan pada kesejahteraan guru

Harga diri adalah gambaran tentang sejauh mana seorang guru merasa berharga dan berarti dalam perannya. Guru dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki kesejahteraan subjektif yang lebih baik. Mereka merasa yakin dalam kemampuan mereka dan merasa dihargai oleh siswa, rekan kerja, dan komunitas sekolah. Faktor-faktor seperti dukungan sosial, optimisme, dan religiusitas dapat secara positif memengaruhi harga diri guru. Guru yang merasa didukung dan dihargai akan cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi (Aisyah, 2023; Rizkillah, 2021).

Penting untuk diingat bahwa variabel-variabel ini tidak berdiri sendiri, tetapi berinteraksi satu sama lain. Misalnya, dukungan sosial yang diterima oleh guru dapat memengaruhi harga diri mereka. Ketika guru merasa didukung oleh komunitas sekolah dan merasa dihargai oleh siswa dan rekan kerja, harga diri mereka cenderung meningkat. Di sisi lain, optimisme dan religiusitas juga dapat berinteraksi dengan harga diri. Guru yang optimis dan memiliki keyakinan agama yang kuat mungkin memiliki harga diri yang lebih tinggi. Guna meningkatkan kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo. Perlu adanya program dukungan sosial yang kuat di sekolah. Ini bisa melibatkan pelatihan dalam mengembangkan hubungan yang sehat antara guru, siswa, dan rekan kerja. Program ini juga harus mendorong komunitas sekolah untuk mendukung guru dalam menjalankan tugas mereka. Guru dapat didorong untuk mengembangkan sikap optimisme. Pelatihan dan workshop yang fokus pada pengembangan optimisme dapat menjadi langkah positif. Ini dapat membantu guru dalam menghadapi tantangan-tantangan dengan sikap yang lebih positif. Dalam konteks budaya agama yang kuat di daerah ini, penting untuk memahami dan mendukung praktik keagamaan guru. Ini dapat mencakup memberikan waktu dan ruang untuk praktik keagamaan, serta mendukung program-program yang mempromosikan nilai-nilai agama. Penting bagi sekolah dan pihak berwenang untuk mengakui dan menghargai kontribusi guru. Ini termasuk pengakuan atas kinerja mereka, pemberian insentif yang sesuai, dan penciptaan lingkungan kerja yang positif. Kesejahteraan subjektif guru di SMPN se-Kecamatan Mendoyo adalah faktor penting dalam meningkatkan kualitas pendidikan di daerah ini. Dukungan sosial, optimisme, religiusitas, dan harga diri semuanya saling terkait dalam membentuk kesejahteraan subjektif. Melalui langkah-langkah konkret seperti yang telah dijelaskan di atas, diharapkan kesejahteraan subjektif guru dapat ditingkatkan, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada pendidikan dan perkembangan siswa di daerah ini.

#### 4. SIMPULAN

Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial, optimisme, religiusitas, dan harga diri mempunyai pengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif guru di Kecamatan Mendoyo, baik secara individu maupun bersama-sama. Oleh karena itu, keempat kriteria tersebut dapat dijadikan sebagai indikator untuk memprediksi derajat kesejahteraan subjektif guru di Kecamatan Mendoyo.

#### 5. DAFTAR RUJUKAN

- Aditya. (2023). Kesejahteraan Subjektif Pada Emerging Adulthood Ditinjau Dari Self Compassion Dan Religiusitas Pada Remaja Akhir. *Psyche 165 Journal*, 16(3), 189–194. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.V16i3.269>.
- Ahyani, Fani Kumalasari Dan Latifah Nur. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan Latifah Nur Ahyani*. 1(1).
- Aisyah. (2023). Mindfulness Sebagai Mediator Pengaruh Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pensiunan. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 37–46.

- Aminudin. (2020). Faktor Sosial Penentu Kesejahteraan Subyektif. *Paper Knowledge . Toward A Media History Of Documents*, 12–26.
- Anin. (2022). *Pengaruh Optimisme Terhadap Kesejahteraan Subyektif Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Tugas Akhir*. 4, 11–20.
- Arifin. (2020). Strategi Belajar Dan Mengajar Guru Pada Abad 21. *Indonesian Journal Of Instructional Technology*, 1(2), 37–46. [Http://Journal.Kurasinstitit.Com/Index.Php/Ijit](http://Journal.Kurasinstitit.Com/Index.Php/Ijit)
- Ariyanto, M. S., Situmorang, N. Z., & Tentama, F. (2019). Pengaruh Budaya Organisasi Terhadap Subjective Well-Being Pada Guru Perempuan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 0(0), 242–249.
- Arum. (2022). Pengaruh Optimisme Terhadap Kesejahteraan Psikologis Dalam Menghadapi Covid-19 Siswa Kelas X SMAN 1 Gondang. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.24036/XXXXXXXXXX-X>.
- Desi. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 30–44. <https://doi.org/10.47435/Mimbar.V8i2.1190>.
- Dewanti, A. D. P., & Ayriza, Y. (2021). Pengaruh Optimisme Terhadap Kesejahteraan Subyektif Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Tugas Akhir. *Acta Psychologia*, 3(2), 119–126.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National Accounts Of Subjective Well-Being. *American Psychologist*, 70(3), 234–242. <https://doi.org/10.1037/A0038899>.
- Diener, R. B., & Dean, B. (2010). *Positive Psychology Coaching: Putting The Science Of Happiness To Work For Your Clients (Google Ebook)*.
- Fatimah. (2023). Dukungan Sosial : Sebagai Bantuan Menghadapi Stres Dalam Kalangan Remaja Yatim Di Panti Asuhan Fatimah Iba. *Journal Of Education Sciences And Teacher Training*, 12(02), 153–172.
- Genç, E., & Arslan, G. (2021). Optimism And Dispositional Hope To Promote College Students' Subjective Well-Being In The Context Of The COVID-19 Pandemic. *Journal Of Positive School Psychology*.
- Hariyanti. (2020). Dukungan Sosial Dan Kepuasan Kerja Pada Guru Kelompok Bermain (Kb). *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 15(1), 64. <https://doi.org/10.30587/Psikosains.V15i1.2002>.
- Hasanah. (2024). Pengaruh Kesejahteraan Guru Terhadap Kinerja Guru SD Muhammadiyah PK Kottabarat Dan SD Muhammadiyah 10 Tipes. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(2), 902–908. <https://doi.org/10.51169/Ideguru.V9i2.992>.
- Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, H. F. (2018). Hubungan Antara Amanah Dan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Subyektif Mahasiswa Perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101. <https://doi.org/10.21580/Pjpp.V3i1.2214>.
- Hidayah. (2021). Pengaruh Literasi Keuangan, Perencanaan Keuangan Dan Pendapatan Terhadap Kesejahteraan Keuangan Guru Perempuan Di Kota Denpasar. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 10(7), 672. <https://doi.org/10.24843/Ejmunud.2021.V10.I07.P03>.
- Hidayat. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Optimisme Terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja Di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. *Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu)* 5, 1, 136–144.
- Hidayati. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subyektif Pada Siswa (Definisi Kesejahteraan Subyektif). *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(3), 177–185. <https://doi.org/10.54066/Jupendis-Itb.V1i3>.



- Huang, Z., Zhang, L., Wang, J., Xu, L., Liu, Z., Wang, T., Guo, M., Xu, X., & Lu, H. (2021). Social Support And Subjective Well-Being Among Postgraduate Medical Students: The Mediating Role Of Anxiety And The Moderating Role Of Alcohol And Tobacco Use. *Heliyon*, 7(12). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.E08621>.
- Irianti, S. (2020). Gambaran Optimisme Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Ibu Tunggal Di Usia Dewasa Madya. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 107. <https://doi.org/10.30872/Psikoborneo.V8i1.4865>.
- Khairudin, K., & Mukhlis, M. (2019). Peran Religiusitas Dan Dukungan Sosial Terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 85. <https://doi.org/10.24014/Jp.V15i1.7128>.
- Khasanah, E. U., & Pratisti, W. D. (2022). Hubungan Antara Kebersyukuran, Dukungan Sosial Dan Iklim Sekolah Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru Sekolah Dasar Di Masa Pandemi. [https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/104401%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/104401/2/NASKAH\\_PUBLIKASI.Pdf](https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/104401%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/104401/2/NASKAH_PUBLIKASI.Pdf).
- Khomaini. (2020). Dampak Program Bantuan Tunai (Cash Transfer) Terhadap Kesejahteraan Subjektif Di Indonesia. *Indonesian Treasury Review Jurnal Perbendaharaan Keuangan Negara Dan Kebijakan Publik*, 5(1), 1–16. <https://doi.org/10.33105/Itrev.V5i1.161>.
- Kurnianita, N. P. (2018). Hubungan Rasa Syukur Dan Harga Diri Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil. *Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 7(1), 2264–2276.
- Laurita. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Online Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja. *Jurnal Riset Psikologi*, 3(1), 1–12.
- Laurita, A. De, & Rusli, D. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Online Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja. *Jurnal Riset Psikologi*, 2021(3), 1–12.
- Martadinata. (2020). Keseimbangan Kehidupan Kerja, Dukungan Sosial, Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB). *Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25(2), 245–256. <https://doi.org/10.20885/Psikologika.Vol25.Iss2.Art6>.
- Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2).
- Maulinda. (N.D.). *Dampak Isolasi Sosial Pada Kesehatan Mental Wawasan Dari Penelitian Psikologis*. 1–12.
- Mellinia. (2020). Peran Guru Pendidikan Inklusi: Menghadapi Tantangan Dan Menjawabnya Tria Mellinia Satya Pratiwi Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat. *Academia.Edu*.
- Mohd. (2020). Hubungan Di Antara Kepimpinan Kontekstual Pengetua Dengan Kesejahteraan Guru Di Tempat Kerja: Pengupayaan Guru Sebagai Mediator. *International Journal Of Humanities Technology And Civilization*, 5(1), 23–30. <https://doi.org/10.15282/Ijhtc.V5i1.4815>.
- Nita. (2023). Peran Dukungan Sosial Dan Optimisme Terhadap School Well Being Pada Remaja. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 8(1), 65–76. <https://doi.org/10.36805/Psychopedia.V8i1.5545>.
- Nuraini. (2020). Pengaruh Self-Esteem, Perceived Sosial Support, Dan Sense Of Community Terhadap Subjective Well-Being Penggemar Anime. 7(2), 20–29.
- Nurhasyimah. (2022). Intervensi Amalan Zikir Dan Analisis Kesejahteraan Subjektif Murid Berkeperluan Pendidikan Khas. *Amalan Terbaik Dalam Pendidikan Khas Dan Inklusif (Negeri Melaka)*, 1, 248–259.



- Nurjamaludin. (2021). Analisis Kesejahteraan Subjektif Guru Honorer Di Sekolah Dasar Dan Dampaknya Pada Pelaksanaan. *Bale Aksara: Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 02(01), 19–24.
- Nurul. (2021). *Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Ditinjau Dari Karakteristik Remaja Panti Asuhan*. XVI, 65–80.
- Pasya. (2022). *Hubungan Antara Stress Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Sibjektif Mahasiswa*. 1–19.
- Pratiwi. (2023). Pengaruh Quality Of School Life And Burnout Terhadap Kesejahteraan Subjektif Anggota Himpaudi. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1949–1960. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3456>.
- Putri, D. R. (2016). Peran Dukungan Sosial Dan Kecerdasan Emosi Terhadap Kesejahteraan Subjektifpada Remaja Awal. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 12. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v1i1.1770>.
- Rahmawati. (2020). Pelatihan Mindfulness Teaching Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Guru Sekolah Inklusi. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 49–60. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i1.8241>.
- Razak. (2021). Daya Tahan, Strategi Daya Tindak Serta Hubungannya Terhadap Tahap Kesejahteraan Psikologi Guru. *Malaysian Journal Of Social Sciences And Humanities (MJSSH)*, 6(3), 171–179. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v6i3.713>.
- Rizkillah. (2021). Pengaruh Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Keluarga Ibu Bekerja Informal Selama Pandemi Covid-19. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 8(02), 164–174. <https://doi.org/10.21009/jkkp.082.05>.
- Rizkillah, R., & Anjar Wati, R. (2021). Pengaruh Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Keluarga Ibu Bekerja Informal Selama Pandemi Covid-19. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 8(02), 164–174. <https://doi.org/10.21009/jkkp.082.05>.
- Romdin. (2020). Kesejahteraan Subjektif Guru Honorer Sekolah Dasar Negeri Di Gugus 02 Kecamatan Tiga Raksa. *Tesis, Universitas Negeri Jakarta*, 1–122.
- Sabiq, Z., & Miftahuddin, M. (2018). Pengaruh Optimisme, Dukungan Sosial, Dan Faktor Demografis Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Perawat. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 6(2), 183–196. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v6i2.9174>.
- Sardi, L. N., & Ayriza, Y. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren. *Acta Psychologia*, 2(1), 41–48. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.34116>.
- Sari, F. I. P., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Antara Konsep Diri (Dimensi Internal) Dan Optimisme Dengan Subjective Well-Being Siswa SMA Marsudirini Bekasi. *Ikraith-Humaniora*, 3(1), 23–29.
- Sestiani. (2022). Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: Literature Review. *Jurnal Tematik*, 3(2), 245–251. <https://journals.usm.ac.id/index.php/tematik/article/view/4568>.
- Setyawan. (2023). Pengaruh Pengelolaan Kelas Melalui Pendekatan Manajerial Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Sangkalemo: The Elementary School Teacher Education Journal*, 2(2), 41–49. <https://doi.org/10.37304/sangkalemo.v2i2.8893>.
- Siregar. (2024). Keterkaitan Antara Lingkungan Dan Kesehatan Mental Faktor-Faktor Penentu. *Tugas Mahasiswa Psikologi*, 1–12. <https://coursework.uma.ac.id/index.php/psikologi/article/view/556%0Ahttps://coursework.uma.ac.id/index.php/psikologi/article/download/556/559>.

- Solehuddin, D., Dukungan, P., Terhadap, S., Subjektif, K., Yatim, R., Psikologi, F., Surabaya, U. A., Subjektif, K., Piatu, R. Y., & Pustaka, D. (2017). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif Remaja Yatim Piatu*. 59.
- Sulastri, S., & Hartoyo. (2014). Effect Of Social Support And Livelihood Strategies On Subjective Well-Being Of Family At Retirement Age Abstract. *Jur. Ilm. Kel. & Kons.*, 7(2), 83–92.
- Susilaningrum, H., & Wijono, S. (2023). Dukungan Sosial Dengan Work Life Balance Pada Pekerja Wanita Yang Telah Menikah Di PT. X Yogyakarta. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(8), 7297–7306.
- Thohiroh. (2019). Peranan Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif Di Sekolah Pada Siswa Pondok Pesantren Modern. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 131–144. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i2.5323>.
- Thohiroh, H., Novianti, L. E., & Yudiana, W. (2019). Peranan Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif Di Sekolah Pada Siswa Pondok Pesantren Modern. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 131–144. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i2.5323>.
- Tina, F. A., & Utami, M. S. (2018). Religiusitas Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Pasien Jantung Koroner. *Gadjah Mada Journal Of Psychology (Gamajop)*, 2(3), 162. <https://doi.org/10.22146/gamajop.36938>.
- Weken, M. E., Mongan, A. E., & Kekenusa, J. S. (2020). Hubungan Antara Beban Kerja, Konflik Peran, Dan Dukungan Sosial Dengan Stres Kerja Pada Guru Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Manado Pada Masa Pandemi Covid-19. *Public Health And Community Medicine*, 1(2016), 80–88.
- Widarna. (2023). *Pelatihan Regulasi Emosi Sebagai Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru Sekolah Luar Biasa*. 13(2), 124–138.
- Wijayanti. (2020). Peran Dukungan Sosial Dan Interaksi Ibu-Anak Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja Pada Keluarga Orang Tua Bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(2), 125–136. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.2.125>.
- Wijayanti, R., Sunarti, S., & Krisnatuti, D. (2020). Peran Dukungan Sosial Dan Interaksi Ibu-Anak Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja Pada Keluarga Orang Tua Bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(2), 125–136. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.2.125>.
- Wiwin. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial, Optimisme, Dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa. 2005–2003, 8.5.2017, 7787.
- Yulfa. (2022). Tekanan Ekonomi, Coping Ekonomi, Dukungan Sosial, Dan Kesejahteraan Perempuan Kepala Keluarga. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 15(1), 14–26. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.1.14>.