TOFEDU: The Future of Education Journal
Volume 5 Number 2 (2026) Page: 2900-2911
E-ISSN 2961-7553 P-ISSN 2963-8135
https://journal.tofedu.or.id/index.php/journal/index

The Lived Experiences of Psychological Well-Being among Generation Z Contract Teachers: A Phenomenological Study

Ardhinto Bagus Prakoso*[1], Roro Setyawati[2]
* ardhintobagusprakoso12@gmail.com
[1] Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Purwokerto, Indonesia
[2] Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Purwokerto, Indonesia

ABSTRACT
The psychological well-being of contract teachers has become an important issue in the field of education, particularly among Generation Z teachers who face various challenges, including financial limitations, employment uncertainty, and increasing professional demands in a rapidly evolving educational environment. This study aims to explore the subjective experiences of psychological well-being among Generation Z contract teachers at Muhammadiyah Vocational High School Karangkobar. The research employed a qualitative phenomenological approach using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The participants consisted of two Generation Z contract teachers selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews and analyzed both idiographically and across cases to identify meaningful experiential themes. The findings reveal that the participants' psychological well-being was constructed through three major themes: perceiving the teaching profession as a source of meaning and personal pride, embracing their status as contract teachers through acceptance and sincerity, and relying on social support as a foundation for psychological well-being. In addition, spirituality, positive interpersonal relationships, and opportunities for personal growth played significant roles in helping participants cope with the limitations associated with their profession. These findings suggest that the psychological well-being of contract teachers is influenced not only by material factors but also by their ability to find meaning in their work, build supportive social relationships, and develop self-acceptance. The study recommends strengthening psychosocial support systems and fostering positive work environments to enhance the well-being of contract teachers.

Keywords: Contract Teachers; Generation Z; Psychological Well-Being; Phenomenology.

PENDAHULUAN

Dunia Pendidikan akhir akhir ini memiliki problematika yang perlu untuk ditangani agar tidak mempengaruhi output yang diharapkan. Salah satu yang dijadikan probematikannya Adalah seorang yang berprofesi sebagai guru honorer dengan statusnya yang belum terdata di pusat, sehingga mengakibatkan ketidak jelasan jenjang karir dalam pekerjaanya sebagai guru.

Padahal peran guru dalam sistem pendidikan nasional adalah fundamental dan tidak tergantikan. Sebagai pendidik profesional, guru memiliki tugas utama yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian proses pembelajaran, serta pembimbingan dan pelatihan peserta didik. Lebih dari sekadar menyampaikan materi pelajaran, guru juga bertanggung jawab untuk mencerdaskan kehidupan peserta didik dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat. Keberhasilan dalam menjalankan tugas-tugas kompleks ini sangat bergantung pada berbagai faktor, salah satunya adalah kondisi internal guru itu sendiri

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens
E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

Berdasarkan data guru honorer di Indonesia pada akhir 2025 masih tercatat tinggi, mencapai sekitar 2,6 juta orang atau 56% dari total 3,7 juta guru (Dealls, 2025). Meski ditinjau berdasarkan generasi, minat menjadi guru seorang generasi Z (GenZ) mengalami penurunan berdasarkan Survei menunjukkan minat generasi muda, termasuk Gen Z, untuk menjadi guru sangat rendah. Hanya sekitar 11% Gen Z yang tertarik menjadi guru karena alasan gaji kecil, beban kerja rumit, dan ketakutan akan masalah hukum (Safitri & Damarjati, 2025). Hasil data tersebut bisa dilihat, artinya banyaknya guru honorer di Indonesia, dengan perbedaan generasi atau usia, tetap saja masih ada yang bertahan menjadi seorang guru meski dengan gaji yang rendah. Meski demikian, yang menjadi pertanyaan bagi mereka yang tetap bertahan menjadi guru honorer ditengah tidak pastian dan gaji yang minim, apakah mampu mentrasfer ilmu dengan maksimal agar tercapainya tujuan pendidikan di Indonesia yakni salah satunya mencerdaskan kehidupan bangsa. Hal tersebut tentunya dapat di tinjau dari segi kesejahteraan psikologis seorang guru honorer.

Psychological well being atau dikenal dengan kesejahteraan psikologis yakni kondisi kesejahteraan secara psikologis seseorang yang ditandai dengan adanya rasa bahagia. Kemudian tidak memiliki gejala depresi, memiliki kepuasan hidup, serta bisa mengembangkan diri dengan baik (Aulia & Sariyah, 2018). Maka dari itu, Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) merupakan aspek penting dalam dunia pendidikan karena berkaitan langsung dengan kualitas pembelajaran, kepuasan kerja, serta keberlanjutan profesi guru. Dalam konteks global, penelitian terbaru menunjukkan bahwa kesejahteraan guru memiliki hubungan signifikan dengan performa sekolah, retensi tenaga pendidik, serta kualitas interaksi pedagogis (Wati & Istiati, 2024). Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa guru, khususnya yang berstatus honorer, menghadapi berbagai tekanan struktural seperti ketidakpastian ekonomi, beban kerja tinggi, serta minimnya dukungan institusional. Kondisi ini semakin kompleks ketika dikaitkan dengan karakteristik generasi, khususnya Generasi Z, yang memiliki karakter unik seperti digital-native, lebih sadar kesehatan mental, namun juga rentan terhadap stres psikologis akibat tuntutan sosial dan profesional (Winoto et al., 2018).

Penelitian terbaru mengungkap bahwa guru Generasi Z menghadapi tantangan spesifik seperti kurangnya pengakuan, isolasi sosial, tekanan emosional, serta ketidakstabilan karier yang berdampak langsung pada kesejahteraan psikologis mereka (Winoto et al., 2018). Adapun, berbagai studi menunjukkan bahwa konsep kesejahteraan guru masih mengalami ambiguitas konseptual dan belum sepenuhnya kontekstual, khususnya dalam konteks lokal, generasi dan kelompok spesifik seperti guru honorer (Kurrle & Warwas, 2025),. Sehingga perlu di lakukanya studi lanjutan untuk menggali secara subjektif atau pengalaman tentang kesejahteraan psikologis guru honorer Gen Z yang cakupan daerahnya berada di pedesaan.

Di Indonesia, khususnya di daerah seperti Banjarnegara kecamatan Karangkobar, penelitian tentang kesejahteraan psikologis guru honorer Generasi Z masih sangat terbatas. Padahal, konteks lokal seperti keterbatasan sumber daya, kultur organisasi sekolah, dan nilai religius Muhammadiyah berpotensi membentuk pengalaman kesejahteraan yang unik. Oleh karena itu, diperlukan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis untuk menggali secara mendalam pengalaman subjektif psychological well-being pada guru honorer Generasi Z di SMK Muhammadiyah Karangkobar melalui pendekatan Studi Fenomenologis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penggunaan metode ini dengan alasan bahwa fokus dalam penelitian ini adalah mengeksplorasi pengalaman kesejahteraan psikologi guru GenZ di SMK Muhammadiyah Karangkobar. Sementara, pendekatan fenomenologi bertujuan untuk menggambarkan makna dari pengalaman hidup yang dialami oleh beberapa individu, tentang konsep atau fenomena tertentu, dengan mengeksplorasi struktur kesadaran manusia (Miles et al., 2014). Fokus

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

perhatian fenomenologi tidak hanya sekedar fenomena, akan tetapi pengalaman sadar dari sudut pandang orang pertama atau yang mengalaminya secara langsung.

Fenomenologi berusaha untuk mengungkap dan mempelajari serta memahami suatu fenomena beserta konteksnya yang khas dan unik yang dialami oleh individu hingga tataran "keyakinan" individu yang bersangkutan. Penelitian fenomenologis relevan digunakan dalam studi kesejahteraan guru karena mampu menggali dimensi emosional, sosial, dan eksistensial yang sering tidak terjangkau oleh pendekatan kuantitatif (Lavy, 2022).

Subjek penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Subhaktiyasa, 2024).Kriteria Partisipan sebagai berikut : pertama, seseorang yang masih tergolong menjadi guru honorer (non-PNS). Kedua, termasuk Generasi Z dengan usia kurang lebih 22–27 tahun, dengan Masa kerja minimal 1 tahun , dan ketiga, bersedia menjadi informan penelitian.

Jumlah partisipan dalam penelitian fenomenologi ini 2 orang yakni dengan inisial RA dan ER, karena fokusnya adalah kedalaman data, bukan jumlah. Oleh karena itu, peneliti melakukan sreening awal untuk memastikan apakah subjek sesuai dengan kriteria atau tidak dan informan dapat di ajak kerja sama atau tidak.Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan Wawancara Mendalam (In-depth Interview)**.** Metode tersebut dijadikan yang utama dalam pengumpulan data, Teknik ini memungkinkan peneliti untuk Menggali pengalaman subjektif partisipan, Memahami makna personal dan Mengidentifikasi dinamika psikologis (Leon et al., 2021).

Analisis data Penelitian ini menggunakan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) yang dikembangkan oleh (Smith & Osborn, 2015), agar mendapatkan analisis mendalam terhadap bagaimana individu memaknai pe ngalaman mereka. Hal tersebut, cocok digunakan mengingat penelitian ini mengungkap pengalaman subjektif kesejahteraan psikologi guru honorer gen Z. Analisis data dengan teknik IPA memiliki langkah sebagai berikut.

1. Membaca transkrip secara berulang.
   Tahap ini membutuhkan proses membaca secara berulang-ulang transkrip yang telah didapat.
2. Pencatatan awal (initial noting).
   Peneliti memeriksa makna kata yang terkandung dan bahasa yang digunakan pada tahap eksploratoris. catatan atau komentar eksploratoris (exploratory comments). Exploratory comments ini meliputi: (a) Descriptive comments; (b)Linguistic comments; dan (c) Conceptual comments.
3. Mengembangkan tema-tema yang muncul (developing emergent themes)
4. Mencari hubungan yang sama antar tema
5. Berpindah ke kasus selanjutnya
6. Mencari pola-pola yang sama antar kasus
7. Mendeskripsikan tema induk. (Agustini et al., 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), diperoleh sejumlah tema yang merepresentasikan pengalaman subjektif kesejahteraan psikologis guru honorer Generasi Z di SMK Muhammadiyah Karangkobar. Analisis dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu membaca berulang transkrip wawancara, melakukan pencatatan awal (initial noting), mengidentifikasi tema-tema emergen (emergent themes), mengelompokkan tema-tema yang memiliki keterkaitan makna, serta melakukan analisis lintas kasus (cross-case analysis) terhadap kedua partisipan. Proses tersebut menghasilkan tujuh tema utama yang menggambarkan bagaimana partisipan memaknai pengalaman menjadi guru honorer serta faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis partisipan tidak dibangun semata-mata oleh kondisi objektif seperti status kepegawaian atau tingkat pendapatan, melainkan oleh proses pemaknaan yang berkembang melalui pengalaman hidup sebagai pendidik. Kedua partisipan menunjukkan kemampuan untuk menemukan makna dalam profesi yang dijalani, membangun hubungan sosial yang positif, menerima keterbatasan yang ada, serta terus berupaya mengembangkan diri melalui pengalaman profesional maupun personal. Dengan kata lain, kesejahteraan psikologis yang dialami tidak muncul karena ketiadaan masalah, melainkan karena kemampuan individu dalam mengelola, menafsirkan, dan memberi makna terhadap berbagai pengalaman yang dihadapi.

Analisis lintas kasus menunjukkan adanya kesamaan pengalaman antara kedua partisipan dalam memandang profesi guru sebagai sumber kebermaknaan hidup dan sarana kontribusi sosial. Meskipun keduanya menghadapi tantangan berupa status honorer, keterbatasan ekonomi, serta tuntutan pekerjaan yang kompleks, mereka tetap menunjukkan sikap positif terhadap profesinya. Selain itu, dukungan sosial dari lingkungan kerja, nilai-nilai spiritual, serta kesempatan untuk berkembang secara personal menjadi sumber daya psikologis yang membantu partisipan mempertahankan kesejahteraan psikologisnya.

Di sisi lain, penelitian ini juga menemukan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan pengalaman yang dinamis dan tidak terlepas dari berbagai tantangan personal. Perasaan kurang percaya diri, ketidakpastian masa depan, serta tuntutan profesional masih menjadi bagian dari pengalaman hidup partisipan. Namun demikian, kedua partisipan menunjukkan berbagai strategi adaptif, seperti refleksi diri, penerimaan diri, penguatan spiritualitas, serta pengembangan kompetensi profesional untuk menghadapi tantangan tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis bukanlah kondisi yang statis, melainkan proses yang terus berkembang seiring perjalanan hidup individu.

Berdasarkan proses analisis tersebut, diperoleh tujuh tema utama yang membentuk pengalaman kesejahteraan psikologis guru honorer Generasi Z, yaitu: (1) Memaknai profesi guru sebagai sumber kebanggaan dan kontribusi, (2) Menjalani Status Guru Honorer dengan Sikap Ikhlas dan Penerimaan Diri, (3) Dukungan Sosial sebagai Fondasi Kesejahteraan Psikologis. Ketiga tema tersebut selanjutnya dibahas secara mendalam untuk memahami makna pengalaman partisipan serta keterkaitannya dengan konsep kesejahteraan psikologis dalam konteks profesi guru honorer Generasi Z. Dua orang partisipan yang telah memenuhi kriteria penelitian telah di wawancarai secara mendalam untuk menggali pengalaman subjek terkait kesejahteraan psikologis mereka, selama menjadi guru honorer. Maka dari itu berikut analisis temuan yang di dapat :

Memaknai Profesi Guru sebagai Sumber Kebermaknaan dan Kebanggaan Diri

Analisis lintas kasus menunjukkan bahwa baik RA maupun ER memaknai profesi guru sebagai sumber kebermaknaan hidup yang melampaui aspek pekerjaan formal. Bagi kedua partisipan, menjadi guru tidak hanya berkaitan dengan aktivitas mengajar, tetapi juga menjadi sarana untuk memberikan kontribusi kepada kehidupan peserta didik. RA mengungkapkan rasa bangganya ketika ilmu yang dimiliki dapat diterapkan dalam pembelajaran,

> *"Oh ya ternyata ilmu saya bisa dipakai dan ilmu saya disalurkan sehingga membuat saya bangga"* .

Sementara itu, ER memaknai kebanggaan melalui keberhasilan peserta didik yang pernah menjadi bagian dari proses pendidikannya,

> *"Ketika melihat anak-anak, dan saya pernah menjadi bagian dari hidup mereka... saya bangga"* .

Temuan ini menunjukkan bahwa kebermaknaan profesi lahir dari pengalaman memberi manfaat kepada orang lain. Hal tersebut, sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Bryant et al., 2023), menunjukan bahwa seseorang yang berkontribusi secara sosial dipandang sebagai komponen utama dalam meaningful dan calling dalam perjalanan karier pekerjaannya.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

Individu merasa termotivasi ketika pekerjaannya memberi dampak sosial yang nyata. Meskipun keduanya mengungkapkan rasa bangga terhadap profesi guru, bentuk kebanggaan yang dialami memiliki karakteristik yang berbeda. RA menempatkan kebanggaan pada kemampuan menyalurkan ilmu dan mengaktualisasikan kompetensi akademik yang dimilikinya. Sebaliknya, ER menempatkan kebanggaan pada dampak jangka panjang yang ditinggalkan kepada peserta didik. Dalam perspektif IPA, perbedaan ini menunjukkan bahwa pengalaman kesejahteraan psikologis dibentuk oleh interpretasi subjektif terhadap peran yang dijalani. Namun keduanya memiliki kesamaan dalam memandang profesi guru sebagai sarana kebermanfaatan sosial yang memberikan kepuasan batin (Smith & Osborn, 2015).

RA juga menegaskan bahwa profesi guru memberikan identitas sosial yang positif. Ia mengaku bahwa setelah menjadi guru dirinya memperoleh penghargaan dari lingkungan sekitar dan mampu membuktikan kapasitas dirinya. Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa profesi guru berkontribusi terhadap pembentukan harga diri dan penerimaan diri. Sementara itu, ER melihat profesi guru sebagai profesi yang mendasari seluruh profesi lain. Ia menyatakan :

> *"Profesi guru merupakan gerbang dari semua profesi dan semua profesi ada gurunya"*,

Pernyataan ini menunjukkan adanya penghargaan yang tinggi terhadap peran guru sebagai fondasi pembangunan sumber daya manusia. Dari sudut pandang fenomenologi, kebermaknaan profesi menjadi inti pengalaman psychological well-being kedua partisipan. Mereka tidak memaknai kesejahteraan sebagai kondisi bebas masalah, melainkan sebagai kemampuan menemukan nilai positif dalam pekerjaan yang dijalani. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh (Hascher & Waber, 2021) yang menunjukkan bahwa kebermaknaan kerja merupakan prediktor kuat kesejahteraan psikologis guru karena memberikan rasa tujuan dan kontribusi sosial.

Pengalaman kebermaknaan tersebut juga memperlihatkan adanya dimensi *purpose in life* dalam teori Ryff. Kedua partisipan memiliki tujuan yang jelas terkait profesinya, yakni membantu peserta didik berkembang dan mencapai kehidupan yang lebih baik. Penelitian oleh (Aparicio-molina & Sepúlveda-lópez, 2023) yang masih banyak dirujuk dalam studi teacher well-being menunjukkan bahwa guru yang memandang pekerjaannya sebagai panggilan sosial cenderung memiliki tingkat resiliensi dan kepuasan hidup yang lebih tinggi.

Dengan demikian, tema ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer tidak semata-mata ditentukan oleh kondisi ekonomi atau status pekerjaan, melainkan oleh kemampuan memaknai profesi sebagai sumber kontribusi sosial dan aktualisasi diri. Kebermaknaan tersebut menjadi fondasi penting yang membantu kedua partisipan mempertahankan komitmen dan kesejahteraan psikologisnya dalam menjalani profesi guru honorer.

Lebih lanjut, pengalaman kebermaknaan profesi yang diungkapkan oleh kedua partisipan menunjukkan bahwa profesi guru telah menjadi bagian dari konstruksi identitas personal mereka. Dalam perspektif fenomenologi, identitas profesional tidak terbentuk secara instan, tetapi berkembang melalui interaksi berkelanjutan antara individu dengan pengalaman hidupnya. Pada kasus RA, kebanggaan yang muncul berasal dari pengalaman melihat ilmu yang dimilikinya dapat dimanfaatkan dan diterima oleh peserta didik. Pengalaman tersebut memberikan validasi terhadap kompetensi yang dimiliki sehingga memperkuat rasa percaya diri dan keberhargaan diri. Sementara itu, pada ER, pengalaman kebermaknaan muncul ketika ia menyadari bahwa dirinya memiliki kontribusi dalam perjalanan hidup peserta didik hingga mencapai keberhasilan tertentu. Dengan demikian, profesi guru dimaknai sebagai ruang untuk meninggalkan jejak positif dalam kehidupan orang lain, yang pada akhirnya memperkuat persepsi positif terhadap diri sendiri.

Temuan ini juga menunjukkan bahwa kebermaknaan profesi berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang membantu guru honorer menghadapi berbagai tantangan

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

pekerjaan. Status honorer yang sering dikaitkan dengan keterbatasan ekonomi dan ketidakpastian karier tidak menjadi fokus utama dalam pengalaman kedua partisipan. Sebaliknya, mereka lebih banyak menyoroti nilai-nilai intrinsik yang diperoleh dari aktivitas mengajar. Dalam kerangka Self-Determination Theory yang dikembangkan oleh Edward Deci dan Richard Ryan (Kurniawan & Mujib, 2025), kondisi ini menunjukkan terpenuhinya kebutuhan psikologis akan kompetensi (competence) dan kebermaknaan (relatedness), yang berkontribusi terhadap munculnya kesejahteraan psikologis yang berkelanjutan. Ketika individu merasa kompetensinya bermanfaat bagi orang lain, maka pekerjaan yang dijalani akan lebih mudah dimaknai sebagai aktivitas yang bernilai.

Hasil wawancara juga terlihat bahwa kedua partisipan memiliki orientasi yang lebih kuat pada dampak sosial dibandingkan keuntungan material. RA merasa bangga karena dapat menyalurkan ilmu yang dimiliki, sedangkan ER merasakan kepuasan ketika melihat perkembangan peserta didik. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer lebih banyak dibangun melalui motivasi intrinsik dibandingkan motivasi ekstrinsik. Kondisi tersebut sejalan dengan temuan penelitian oleh Thomas Klassen dan kolega yang menunjukkan bahwa guru yang memiliki orientasi pengabdian dan tujuan sosial cenderung memiliki tingkat kepuasan kerja, komitmen profesional, dan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan guru yang berorientasi pada penghargaan eksternal semata.

Selain itu, kebermaknaan profesi yang ditemukan dalam penelitian ini memperlihatkan adanya hubungan erat antara dimensi purpose in life dan self-acceptance dalam model Psychological Well-Being Ryff. Kedua partisipan tidak hanya memiliki tujuan yang jelas dalam menjalankan profesinya, tetapi juga mampu menerima kondisi dirinya sebagai guru honorer tanpa kehilangan penghargaan terhadap diri sendiri. Kemampuan tersebut memungkinkan mereka untuk tetap mempertahankan motivasi dan optimisme meskipun menghadapi berbagai keterbatasan struktural dalam profesinya. Dalam konteks ini, kebermaknaan profesi berperan sebagai sumber daya psikologis (psychological resource) yang membantu individu menghadapi tekanan kerja dan menjaga kesehatan mentalnya.

Secara fenomenologis, temuan ini mengungkap bahwa menjadi guru bagi RA dan ER bukan sekadar menjalankan tugas mengajar, melainkan sebuah pengalaman eksistensial yang memberikan arah, tujuan, dan makna dalam kehidupan mereka. Pengalaman tersebut menjelaskan mengapa kedua partisipan tetap mampu merasakan kebanggaan dan kesejahteraan psikologis meskipun berada dalam situasi yang secara objektif sering dipandang kurang menguntungkan. Oleh karena itu, kebermaknaan profesi dapat dipahami sebagai inti pengalaman (essence of experience) yang mendasari terbentuknya kesejahteraan psikologis guru honorer dalam penelitian ini.

Menjalani Status Guru Honorer dengan Sikap Ikhlas dan Penerimaan Diri

Tema kedua menunjukkan bahwa kedua partisipan menerima status honorer sebagai bagian dari perjalanan hidup yang harus dijalani dengan sikap ikhlas. RA menyampaikan bahwa keterbatasan ekonomi tidak mengurangi makna profesi yang dijalani. Ia mengatakan,

"Kalau nggak bisa beramal pakai uang, ya pakai ilmu" .

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa RA memaknai profesi guru sebagai sarana pengabdian yang tidak bergantung pada besarnya pendapatan yang diterima.

Pengalaman serupa juga ditemukan pada ER. Ketika ditanya mengenai status honorer, ia menjelaskan bahwa dirinya tidak merasa rendah diri karena masih berstatus honorer. Ia menyatakan,

> "Kalau sampai nanti saya pensiun masih tetap jadi guru honorer ya memang itu rezeki saya, cukup ikhlaskan saja" .

Dalam perspektif fenomenologi, pengalaman tersebut menunjukkan adanya penerimaan diri yang kuat terhadap kondisi kehidupan yang dijalani. Menariknya, baik RA

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

maupun ER tidak menunjukkan sikap pasrah yang pasif. Keduanya tetap berusaha memperbaiki kondisi hidup sambil menerima realitas yang ada. RA mengakui bahwa kebutuhan ekonomi semakin besar setelah memiliki keluarga, namun ia tetap berusaha mencari solusi tanpa kehilangan makna profesinya. ER juga mengungkapkan keyakinan bahwa masa depan dapat berubah sesuai kehendak Tuhan. Sikap ini menunjukkan bentuk penerimaan diri yang aktif (*active acceptance*) (Firdausi & Purwaningrum, 2022).

Nilai religiusitas menjadi faktor penting dalam membentuk sikap ikhlas kedua partisipan. Dalam wawancara, keduanya beberapa kali menghubungkan pengalaman menjadi guru dengan konsep rezeki, amal, dan takdir. Penelitian oleh (López-Guerra et al., 2025), menunjukkan bahwa spiritualitas berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu menghadapi tekanan pekerjaan dan ketidakpastian ekonomi secara lebih adaptif.

Dalam kerangka teori Ryff, pengalaman ini berkaitan dengan dimensi *self-acceptance*. Kedua partisipan mampu menerima kondisi dirinya secara realistis tanpa kehilangan penghargaan terhadap diri sendiri. Mereka tidak memandang status honorer sebagai kegagalan, melainkan sebagai bagian dari perjalanan hidup yang tetap memiliki nilai dan makna.

Secara keseluruhan, tema ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer tidak lahir dari kondisi ideal, melainkan dari kemampuan menerima realitas hidup dengan sikap ikhlas, syukur, dan optimisme. Penerimaan diri yang dibangun melalui nilai spiritual menjadi sumber ketahanan psikologis yang membantu kedua partisipan menghadapi berbagai keterbatasan profesi.

Analisis yang lebih mendalam menunjukkan bahwa sikap ikhlas yang ditampilkan oleh kedua partisipan bukan sekadar bentuk penerimaan terhadap keterbatasan ekonomi, melainkan hasil dari proses refleksi panjang dalam memaknai profesi dan perjalanan hidup yang dijalani. Dalam pendekatan fenomenologi, pengalaman menerima status honorer tidak dapat dipahami sebagai bentuk kepasrahan, tetapi sebagai proses interpretatif yang memungkinkan individu membangun makna positif dari situasi yang secara objektif dapat dianggap kurang menguntungkan. Baik RA maupun ER menunjukkan kemampuan untuk merekonstruksi pengalaman keterbatasan menjadi sumber pembelajaran dan penguatan diri. Hal ini terlihat ketika mereka tidak menjadikan status honorer sebagai identitas yang merendahkan diri, tetapi sebagai bagian dari realitas kehidupan yang dapat diterima tanpa menghilangkan rasa bangga terhadap profesi yang dijalani.

Menariknya, kedua partisipan memperlihatkan adanya pergeseran orientasi dari nilai-nilai material menuju nilai-nilai intrinsik. Dalam pengalaman RA, profesi guru dimaknai sebagai sarana berbagi ilmu dan memperoleh kebermanfaatan sosial, sehingga penghargaan terhadap profesi tidak diukur berdasarkan besaran penghasilan yang diterima. Demikian pula pada ER, penerimaan terhadap status honorer dibangun melalui keyakinan bahwa setiap individu memiliki jalan hidup dan rezeki yang berbeda. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak selalu berbanding lurus dengan kondisi ekonomi, tetapi sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengonstruksi makna terhadap pengalaman hidupnya. Dalam konteks ini, makna menjadi faktor yang lebih dominan dibandingkan kondisi objektif yang dialami.

Berdasarkan perspektif IPA, pengalaman ikhlas yang muncul pada kedua partisipan dapat dipahami sebagai bentuk meaning-focused coping, yaitu strategi psikologis yang memungkinkan individu mengatasi tekanan hidup dengan menemukan makna positif di balik situasi yang dihadapi. Ketika status honorer dipandang sebagai bagian dari pengabdian dan proses kehidupan, maka tekanan akibat ketidakpastian ekonomi menjadi lebih mudah dikelola secara psikologis. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer tidak hanya bergantung pada kemampuan menyelesaikan masalah eksternal, tetapi juga pada kemampuan mengelola interpretasi terhadap pengalaman tersebut. Dengan kata lain, yang

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

menentukan bukan semata-mata kondisi yang dialami, melainkan bagaimana kondisi tersebut dimaknai.

Selain itu, terdapat indikasi bahwa spiritualitas memainkan peran sentral dalam membangun ketahanan psikologis kedua partisipan. Konsep rezeki, amal, syukur, dan takdir yang berulang kali muncul dalam wawancara menunjukkan bahwa nilai-nilai religius menjadi kerangka interpretatif utama dalam memahami pengalaman hidup mereka. Spiritualitas memberikan rasa keterhubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri sehingga membantu individu menerima ketidakpastian masa depan dengan lebih tenang. Temuan ini memperkuat argumentasi bahwa spiritualitas tidak hanya berfungsi sebagai aspek keagamaan, tetapi juga sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu mempertahankan kesejahteraan emosional di tengah keterbatasan dan tekanan pekerjaan.

Meskipun demikian, penting untuk dicermati bahwa sikap ikhlas yang ditunjukkan kedua partisipan tidak berarti mereka terbebas dari kesulitan atau ketidakpuasan. RA secara eksplisit mengakui adanya peningkatan kebutuhan ekonomi setelah berkeluarga, sedangkan ER menyadari bahwa status honorer memiliki berbagai keterbatasan dibandingkan status pegawai tetap. Namun, keduanya memilih untuk tidak menjadikan kondisi tersebut sebagai pusat pengalaman hidup mereka. Temuan ini menunjukkan adanya keseimbangan antara kesadaran terhadap realitas dan kemampuan mempertahankan harapan terhadap masa depan. Dalam perspektif fenomenologi, kesejahteraan psikologis justru tampak melalui kemampuan individu untuk hidup berdampingan dengan berbagai keterbatasan tanpa kehilangan makna dan tujuan hidupnya.

Lebih jauh, temuan ini mengungkap bahwa penerimaan diri pada guru honorer merupakan proses yang aktif, dinamis, dan terus berkembang. Penerimaan diri tidak muncul karena individu menyerah pada keadaan, tetapi karena mereka berhasil mengintegrasikan pengalaman keterbatasan ke dalam narasi hidup yang lebih luas dan bermakna. Dalam kerangka Psychological Well-Being (Ryff & Singer, 1996), kondisi ini mencerminkan dimensi self-acceptance yang matang, yaitu kemampuan menerima berbagai aspek diri, termasuk kekurangan, keterbatasan, dan pengalaman hidup yang tidak selalu ideal. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer dibangun melalui kombinasi antara penerimaan diri, kebermaknaan hidup, dan spiritualitas yang berfungsi sebagai fondasi utama ketahanan psikologis mereka dalam menjalankan profesi.

Dukungan Sosial sebagai Fondasi Kesejahteraan Psikologis

Tema ketiga mengungkap bahwa hubungan sosial menjadi sumber utama kesejahteraan psikologis kedua partisipan. RA menjelaskan bahwa dukungan rekan kerja menjadi faktor yang membuat dirinya nyaman bekerja. Ia menyatakan,

"Support dari rekan-rekan itu sangat besar"

Dukungan tersebut menciptakan lingkungan kerja yang aman dan mendukung proses adaptasi sebagai guru honorer.

ER menunjukkan pengalaman yang lebih mendalam terkait hubungan sosial. Ia tidak hanya melihat rekan kerja sebagai teman, tetapi sebagai keluarga. Ia menyatakan,

"Saya anggap semua adalah saudara dan Saya anggap mereka adalah keluarga juga"

Pengalaman ini menunjukkan adanya keterhubungan emosional yang kuat dengan lingkungan kerja. Bagi kedua partisipan, relasi sosial tidak hanya berfungsi sebagai sumber bantuan praktis, tetapi juga menjadi ruang berbagi pengalaman hidup. ER menjelaskan bahwa sebagian perjalanan hidupnya selama sepuluh tahun mengajar melibatkan rekan-rekan kerjanya. Hal tersebut menunjukkan bahwa hubungan sosial di sekolah telah menjadi bagian penting dari pengalaman personalnya.

Meskipun demikian, keduanya juga mengakui adanya konflik interpersonal dalam lingkungan kerja. RA mengungkapkan,

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

"Kadang juga ada yang bikin sakit hati, tapi ya saya langsung introspeksi diri sendiri terlebih dahulu"

Sementara ER menyebut bahwa perbedaan pendapat merupakan hal yang biasa terjadi dalam hubungan kerja. Kedua partisipan menunjukkan kemampuan mengelola konflik secara adaptif melalui komunikasi dan refleksi diri. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Sheenaz et al., 2026), yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dari rekan kerja dan iklim sekolah yang positif merupakan faktor protektif utama terhadap burnout dan stres kerja guru. Hubungan sosial yang sehat membantu guru mempertahankan motivasi dan kesejahteraan psikologis di tengah berbagai tuntutan profesi.

Dalam konteks teori Ryff, tema ini merepresentasikan dimensi *positive relations with others*. Kedua partisipan menunjukkan kemampuan membangun hubungan yang hangat, penuh kepercayaan, dan saling mendukung. Oleh karena itu, relasi sosial dapat dipahami sebagai fondasi penting yang memperkuat kesejahteraan psikologis guru honorer.

Analisis yang lebih mendalam menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diterima RA tidak hanya berfungsi sebagai bantuan instrumental dalam menjalankan tugas sebagai guru honorer, tetapi juga menjadi sumber validasi psikologis yang memperkuat rasa memiliki terhadap lingkungan kerja. Dalam perspektif fenomenologi, pengalaman menerima dukungan dari rekan kerja mencerminkan kebutuhan dasar manusia untuk diterima, dihargai, dan diakui keberadaannya dalam suatu komunitas. Pernyataan RA bahwa :

"support dari rekan-rekan itu sangat besar"

Menunjukkan bahwa keberadaan rekan kerja yang suportif telah membantu dirinya membangun rasa aman dan nyaman dalam menjalankan profesi. Pengalaman tersebut menjadi penting karena status guru honorer sering kali berada dalam posisi yang rentan terhadap ketidakpastian karier maupun tekanan pekerjaan. Oleh karena itu, dukungan sosial dapat dipahami sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu mempertahankan kesejahteraan emosional di tengah berbagai tuntutan profesi.

Lebih lanjut, dukungan sosial yang dialami RA menunjukkan bahwa lingkungan kerja yang positif berperan dalam memfasilitasi proses adaptasi profesional. Sebagai guru honorer, individu tidak hanya dituntut untuk melaksanakan tugas pembelajaran, tetapi juga menyesuaikan diri dengan budaya organisasi sekolah, ekspektasi rekan kerja, serta kebutuhan peserta didik. Kehadiran rekan kerja yang suportif memungkinkan proses adaptasi tersebut berlangsung lebih mudah karena individu merasa memiliki tempat untuk berbagi pengalaman, memperoleh bantuan, dan mendapatkan penguatan emosional. Dalam konteks ini, hubungan sosial berfungsi sebagai *buffer* psikologis yang dapat mengurangi dampak negatif stres kerja dan meningkatkan kepuasan dalam bekerja.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian oleh (Nurmalasari & Lau, 2026), yang menemukan bahwa dukungan sosial dari kolega dan pimpinan sekolah memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis guru serta berkontribusi terhadap peningkatan kepuasan kerja dan keterikatan profesional. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa guru yang merasakan dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap berbagai perubahan di lingkungan pendidikan. Selain itu, kajian sistematis yang dilakukan oleh (Hascher & Waber, 2021) juga mengidentifikasi bahwa kualitas hubungan interpersonal di sekolah merupakan salah satu prediktor utama *teacher well-being*, terutama dalam menciptakan rasa aman, keterhubungan sosial, dan dukungan emosional yang berkelanjutan.

Berdasarkan sudut pandang IPA, pengalaman dukungan sosial yang dialami RA dan ER memperlihatkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak terbentuk secara individual semata, tetapi berkembang melalui interaksi yang bermakna dengan orang lain. Kedua partisipan memaknai relasi sosial sebagai ruang untuk berbagi pengalaman, memperoleh penguatan emosional, dan membangun identitas profesional sebagai guru. Ketika ER menyebut rekan

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

kerja sebagai *"saudara"* dan *"keluarga",* makna yang muncul tidak hanya berkaitan dengan kedekatan sosial, tetapi juga menunjukkan adanya rasa memiliki (*sense of belonging*) yang kuat terhadap komunitas sekolah. Rasa memiliki tersebut menjadi faktor penting dalam membangun kesejahteraan psikologis karena individu merasa diterima dan dihargai sebagai bagian dari kelompok sosial yang bermakna.

Menariknya, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hubungan sosial yang positif tidak berarti bebas dari konflik interpersonal. Baik RA maupun ER mengakui adanya perbedaan pendapat atau pengalaman yang berpotensi menimbulkan ketegangan dalam hubungan kerja. Namun demikian, keduanya menunjukkan kemampuan untuk mengelola konflik secara konstruktif melalui introspeksi diri, komunikasi, dan toleransi terhadap perbedaan. Temuan ini mengindikasikan bahwa kualitas hubungan sosial tidak ditentukan oleh ketiadaan konflik, melainkan oleh kemampuan individu dan kelompok dalam menyelesaikan konflik secara adaptif. Dengan demikian, hubungan sosial yang sehat menjadi sarana penting dalam menjaga keseimbangan emosional dan memperkuat ketahanan psikologis guru honorer.

Dalam kerangka Psychological Well-Being (Ryff, 1995), menjelaskan bahwa pengalaman kedua partisipan mencerminkan dimensi *positive relations with others*, yaitu kemampuan menjalin hubungan yang hangat, penuh kepercayaan, dan saling mendukung dengan orang lain. Dimensi ini terlihat dari adanya rasa kedekatan emosional, kepedulian, serta dukungan yang dirasakan dalam lingkungan kerja. Oleh karena itu, relasi sosial dapat dipahami sebagai fondasi utama kesejahteraan psikologis guru honorer, karena memberikan rasa aman, meningkatkan motivasi kerja, memperkuat identitas profesional, serta membantu individu menghadapi berbagai tantangan yang muncul dalam perjalanan kariernya.

KESIMPULAN

Penelitian fenomenologi ini bertujuan memahami pengalaman kesejahteraan psikologis guru honorer melalui analisis lintas kasus terhadap dua partisipan, yaitu RA dan ER. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis keduanya dibangun melalui proses pemaknaan profesi sebagai bentuk kontribusi sosial yang bermakna. Menjadi guru tidak hanya dipahami sebagai pekerjaan untuk memperoleh penghasilan, tetapi juga sebagai sarana berbagi ilmu, membentuk generasi muda, dan memberikan manfaat bagi kehidupan orang lain.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa rasa bangga terhadap profesi guru muncul dari pengalaman melihat dampak positif yang diberikan kepada peserta didik. Bagi RA, kebanggaan lahir dari kemampuan menyalurkan ilmu dan mengembangkan potensi siswa, sedangkan bagi ER kebanggaan muncul ketika melihat peserta didik atau alumni mampu menjalani kehidupan secara mandiri. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa kebermaknaan profesi menjadi sumber utama kesejahteraan psikologis guru honorer.

Penelitian ini juga menemukan bahwa dukungan sosial memiliki peran sentral dalam membentuk kesejahteraan psikologis. Hubungan yang hangat dengan rekan kerja, siswa, dan lingkungan sekolah memberikan rasa aman, nyaman, serta dukungan emosional bagi kedua partisipan. Relasi sosial yang positif membantu mereka menghadapi berbagai tantangan pekerjaan dan memperkuat komitmen untuk tetap menjalankan profesi sebagai guru honorer.

Selain itu, spiritualitas menjadi faktor penting yang memperkuat penerimaan diri terhadap status honorer dan berbagai keterbatasan yang menyertainya. Sikap ikhlas, syukur, dan keyakinan terhadap ketentuan Tuhan membantu partisipan memaknai tantangan hidup secara positif. Melalui spiritualitas, kedua partisipan mampu mempertahankan optimisme dan ketahanan psikologis meskipun menghadapi ketidakpastian ekonomi maupun karier.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer merupakan konstruksi multidimensional yang terbentuk melalui kebermaknaan profesi, dukungan sosial, penerimaan diri, spiritualitas, dan pertumbuhan personal. Oleh karena itu, peningkatan kesejahteraan guru honorer perlu dilakukan melalui pendekatan yang holistik,

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

tidak hanya berfokus pada aspek kesejahteraan material, tetapi juga pada penguatan makna kerja, hubungan sosial yang suportif, pengembangan kapasitas diri, serta dukungan terhadap kebutuhan psikologis dan spiritual guru dalam menjalankan profesinya.

DAFTAR PUSTAKA

Agustini, Grashinta, A., Putra, S., Sukarman, Guampe, F. A., Akbar, J. S., Lubis, M. A., Maryati, I., Ririnisahawaitun, Mesra, R., Sari, M. N., Tuerah, P. R., Rahmadhani, M. V., & Rulanggi, R. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif : Teori dan Panduan Praktis Analisis Data Kualitatif* (Irmayanti (ed.)). PT. Mifandi Mandiri Digital Redaksi.

Aparicio-molina, C., & Sepúlveda-lópez, F. (2023). Teacher Professional Development : Perspectives from a Research Experience with Teachers. *Revista Electrónica Educare*, *27*(2), 1–16.

Aulia, I., & Sariyah, S. (2018). Konstruksi Konsep Kesejahteraan Psikologi (Psychological Well Being) Pada Wirausahawan Kecil Menengah : Sebuah Studi Kualitatif. *Biopsikososial*, *2*(1), 28–57.

Bryant, R., Lysova, E. I., & Khapova, S. N. (2023). Calling for a meaningful contribution? Bridging contributing to society with motivation theory. *Frontiers in Psychology*, *14*(1186547), 1–12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1186547

Dealls. (2025). *Gaji Guru Honorer Terbaru: Tunjangan & Bantuan Cair Mulai Mei 2026*. Dealls. https://dealls.com/pengembangan-karir/gaji-guru honorer#:~:text=Kenaikan terakhir terjadi pada 2025,menjadi Rp2.000.000 per bulan

Firdausi, K., & Purwaningrum, R. (2022). Psychological Well-Being Guru BK sebagai Professional Helper di Sekolah. *Jurnal Konseling Gusjigang*, *8*(2), 129–140.

Hascher, T., & Waber, J. (2021). Teacher well-being : A systematic review of the research literature from the year 2000 – 2019. *Educational Research Review*, *34*(100411), 1–25. https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100411

Kurniawan, R. F., & Mujib, A. (2025). Tinjauan Literatur Sistematis: Faktor-Faktor Anteseden yang Memengaruhi Kesejahteraan Psikologis Guru di Indonesia. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies*, *5*(3), 1734–1757. https://doi.org/47467/eduinovasi.v5i3.11582

Kurrle, L. M., & Warwas, J. (2025). Teacher Well-Being — A Conceptual Systematic Review (2020 – 2023). *Education Sciences*, *15*(766), 1–38. https://doi.org/https://doi.org/10.3390/educsci15060766

Lavy, S. (2022). A Meaningful Boost: Effects of Teachers' Sense of Meaning at Work on Their Engagement, Burnout, and Stress. *AERA Open*, *8*(1), 1–14. https://doi.org/10.1177/23328584221079857

Leon, A. A., Sufyati, H., Puji, M., Indra, N. S. D. R., Wulandari, Adirasa, H. P. S. S., Mansur, Triana, Z. A., Amir, H., Hamdan, F., Soetji, A., Bambang, R., Sukarman, P., Gazi, & Ibnu, S. (2021). *Metodologi Penelitian dan Analisis Dara Comprehensive* (S. P. Said, K. Indah, & Zaharah (eds.)). Insania Team.

López-Guerra, V. M., Quinde, D. L., Guevara-Mora, S., Ocampo-Vásquez, K., Siguenza-Campoverde, W. G., de la Cruz, C. D., Vivanco-Rios, S. F., Rodríguez-Balcázar, S. C., & Ramírez-Alva, J. M. (2025). Spirituality and psychological capital as predictors of psychological well-being in adults in Ecuador and Peru. *Frontiers in Psychology*, *16*(1620382), 1–12. https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1620382

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis* (3rd ed.). Sage publications.

Nurmalasari, Y., & Lau, P. L. (2026). Psychological well-being of educators : Barriers , supports , and career development implications. *Cakrawala Pendidikan : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, *45*(1), 101–118.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). he structure of psychological well-being revisited. *J Pers Soc Psychol*, *69*(4), 27–719. https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719

Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *65*, 14–23. https://doi.org/https://doi.org/10.1159/000289026

Safitri, K., & Damarjati, D. (2025). *Melacak Sebab Turunnya Minat Anak Muda untuk Jadi Guru*. Kompas.Com. https://nasional.kompas.com/read/2025/11/25/07104831/melacak-sebab-turunnya-minat-anak-muda-untuk-jadi-guru

Sheenaz, F., Khatibi, A. A., & Azam, S. M. F. (2026). Exploring the Psychological Well- being of Primary School Teachers' Through a Multidimensional Perspective: Utilizing Ryff's Six Factor Model. *INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY RESEARCH AND STUDIES*, *08*(04), 97–117.

Smith, J. A., & Osborn, M. (2015). Interpretative phenomenological analysis as a useful methodology for research on the lived experience of pain. *British Journal of Pain*, *9*(1), 41–42. https://doi.org/10.1177/2049463714541642

Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan Populasi dan Sampel : Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Journal Ilmiah Profesi Pendidikan*, *9*(4), 2721–2731. https://doi.org/https://doi.org/10.29303/jipp.v9i4.2657

Wati, R. K., & Istiati, F. (2024). Psychological Well-Being ditinjau dari Quality of Work Life Guru di SMK Muhammadiyah Imogiri Yogyakarta. *Jurnal Diversita*, *10*(2), 176–183. https://doi.org/10.31289/diversita.v10i2.12539

Winoto, W. I., Mariyanti, S., Fakultas, M., Universitas, P., Unggul, E., Fakultas, D., Universitas, P., Unggul, E., Fakultas, D., Universitas, P., Unggul, E., & Jeruk, K. (2018). *GAMBARAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING GURU YAYASAN*. Universitas Esa Unggu.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135