

Subjective Well-Being pada Guru Taman Kanak-Kanak di Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo

Siti Anna Nila Usfatun Khasanah, Dwi Nastiti*

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Abstrak: Penelitian ini dilatar belakangi karena adanya permasalahan terkait *subjective well-being* pada guru TK di Kecamatan Tulangan - Sidoarjo. Masih terdapat guru yang merasa tidak senang dengan pekerjaan yang dikerjakan, merasa terbebani ketika membimbing anak-anak dan tidak dapat menciptakan lingkungan kerja yang baik. Metode penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif dengan populasi guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo yang memiliki jumlah sebanyak 334 populasi. Sampel penelitian berjumlah 151 guru yang ditentukan berdasarkan tabel *Isaac & Michael* dengan taraf kesalahan 10%. Penentuan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah *subjective well-being*. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *subjective well-being* model skala *Likert* yang diadaptasi dari penelitian terdahulu. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik deskriptif dengan bantuan *microsoft excel*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* berada pada kategori sedang menuju ke tinggi dengan persentase sebesar 88%. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar guru TK merasa cukup puas terhadap kehidupan yang mereka jalani, khususnya dalam aspek evaluatif atau penilaian subjektif terhadap kesejahteraan hidup secara menyeluruh.

Kata Kunci: *Subjective Well-Being*, Guru TK

*Correspondence: Dwi Nastiti
Email: dwinastiti@umsida.ac.id

Received: 27-08-2025
Accepted: 27-09-2025
Published: 27-10-2025



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: This study is motivated by the existence of problems related to *subjective well-being* in kindergarten teachers in Tulangan District - Sidoarjo. There are still teachers who feel unhappy with the work they do, feel burdened when guiding children and cannot create a good work environment. This research method is descriptive quantitative with a population of kindergarten teachers in Tulangan District - Sidoarjo which has a total population of 334. The research sample amounted to 151 teachers determined based on the *Isaac & Michael* table with an error rate of 10%. Determination of the sample using simple random sampling technique. The variable in this study is *subjective well-being*. Data collection in this study used a *Likert* scale model of *subjective well-being* adapted from previous research. Data analysis in this study used descriptive statistical tests with the help of *Microsoft Excel*. The results showed that *subjective well-being* was in the moderate to high category with a percentage of 88%. This shows that most kindergarten teachers feel quite satisfied with the life they live, especially in the evaluative aspect or subjective assessment of overall well-being.

Keywords: *Subjective Well-Being*, Kindergarten Teachers

Pendahuluan

Pendidikan secara filosofis merupakan usaha dalam memanusiakan manusia dengan tujuan membentuk manusia yang baik. UU Sisdiknas Tahun 2003 menegaskan bahwa pendidikan dapat dilakukan di usia dini yakni ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Adapun pendidikan di lingkungan taman kanak-kanak

(TK) menitikberatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan kasar), kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual), kecerdasan emosional (sikap dan perilaku serta beragama), bahasa dan komunikasi, sesuai dengan keunikan dan tahap-tahap perkembangan yang dilalui anak (Rejeki & Suwardi, 2019). Istilah pendidik pada anak usia dini terdapat beberapa sebutan, salah satunya guru bagi pendidik TK yang memiliki sembilan peran bagi peserta didik yaitu dalam berinteraksi, pengasuhan, mengatur tekanan, memberi fasilitasi, perencanaan, pengayaan, menangani masalah, pembelajaran, serta bimbingan dan pemeliharaan (Nurani, 2019). Sebagaimana Undang-undang Nomor 14 tahun 2005, dikatakan bahwa guru, termasuk guru bagi anak usia dini harus memiliki kompetensi diantaranya: kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, kompetensi profesional yang diperoleh melalui pendidikan profesi (Halid Hanafi et al, 2019).

Menjadi guru anak usia dini pada kenyataannya tidak mudah (Basri, 2021). Guru anak usia dini dalam hal ini guru TK memiliki kewajiban mendidik anak dari dasar, guru harus membuat media setiap hari, bahkan dengan kerja yang berat mereka hanya mendapatkan gaji yang rendah. Hargreaves mengungkapkan bahwa mengajar merupakan salah satu profesi yang paling menuntut secara emosi, baik menyenangkan dan tidak menyenangkan (Jones, 2018). Sepanjang hari, guru merencanakan pembelajaran, memberikan petunjuk, memberi pekerjaan siswa kelas, menghadiri pertemuan dengan orang tua dan staf (Turan et al, 2019). Hal ini jika tidak dikelola dengan baik, emosi negatif yang dialami guru dapat berakibat buruk pada dinamika kelas dan menghambat penerimaan pembelajaran siswa. Sebagaimana penelitian mengungkapkan bahwa stres situasi kerja dapat mempengaruhi *subjective well being* seorang guru (Makbulah, 2017). Kesejahteraan subjektif bagi guru berdampak pada emosi positif yang mampu mendorong guru untuk merasa bahagia, mampu menjalankan peran sebagai guru secara proporsional dan dapat mengoptimalkan potensi diri dalam menjalankan peran sebagai tenaga didik (Aisyah & Chisol, 2018). Diener mengungkapkan agar individu dapat memenuhi fungsi psikologis yang positif terutama pada peran sebagai guru, individu penting memiliki kesejahteraan subjektif yang disebut *subjective well-being* yang baik (Diener et al, 2018)

Subjective well-being atau yang biasa disebut dengan kesejahteraan subjektif merupakan salah satu pendekatan psikologi positif. Diener mendefinisikan *subjective well being* sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya. Evaluasi ini meliputi reaksi emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan hidup (Diener, 1984). Mudahnya, *subjective well-being* merupakan istilah umum yang mencakup berbagai konsep yang terkait pada bagaimana orang merasakan dan berfikir tentang kehidupan mereka meliputi emosi pengalaman menyenangkan, rendahnya tingkat mood negatif, dan kepuasan hidup yang tinggi (Lopez & Snyder, 2012). *Subjective well-being* terdiri atas dua komponen yaitu komponen afektif dan komponen kognitif (Sengkey & Tiwa, 2020). Komponen afektif merupakan gambaran pengalaman emosi dari kesenangan, kegembiraan, dan emosi. Di mana komponen ini terbagi atas afek positif dan afek negatif. Komponen kognitif *subjective well-being* mengacu pada kepuasan pada kepercayaan atau perasaan subjektif yang dijalani

dengan baik. Eddington & Shuman menyebutkan *subjective well being* dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin, usia, pendidikan, pernikahan, kepuasan kerja, pendapatan, kesehatan, agama, waktu luang, kompetensi, dan hubungan sosial (Ortega-García et al, 2023).

Maulia, Ellya, Agus, dan Suhendri mengungkapkan guru merasakan kesejahteraan subjektif sebagai suatu perasaan yang berisi emosi positif yang mendorong guru merasa bahagia, mampu menjalankan peran guru secara proporsional dan mengoptimalkan potensi diri dengan maksimal dalam menjalankan peran guru sebagai seorang pendidik (Maulia et al, 2018). Kesejahteraan psikologis pada guru PAUD menunjukkan secara signifikan lebih rendah dari guru tingkatan atas dan termasuk dalam kategori memprihatinkan (Zulkifli, 2017).

Fenomena *subjective well being* terjadi pada guru TK di kecamatan Tulangan, berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti dengan 5 guru yang berstatus kepala sekolah dan guru kelas dengan memberikan 10 pertanyaan dan diperoleh indikasi bahwa 2 dari 5 subjek merasa senang dengan pekerjaannya karena bertemu anak-anak, jobdesk yang diberikan sesuai dengan yang dikerjakan. Dari segi kehidupan sosial ditunjukkan sangat lebih baik dari kehidupan sebelumnya karena lebih dihargai orang sekitar dan mendapat support dari keluarga. Hubungan dengan rekan kerja beserta wali murid juga dilaporkan baik. Hal ini membuat subjek mempunyai keinginan untuk menjadi guru profesional, mengikuti sertifikasi, PNS atau melanjutkan studi lanjut. Namun 3 dari 5 subjek melaporkan hal yang berbeda yakni pekerjaan yang dilakukan sangat menguras pikiran, gaji yang kurang bisa mencukupi kebutuhan di mana gaji yang diterima hanya sekitar 200-500 ribu rupiah, yang mana gaji tersebut terbilang jauh dari UMR sidoarjo, maka dari itu mereka juga berjualan secara online untuk menutupi kekurangan kebutuhan sehari-hari mereka, ada juga yang membuka les private di rumah. Kemudian beban kerja yang tidak sesuai jobdesk dan merangkap beberapa pekerjaan. Hal ini membuat subjek merasa pening, mengeluh, dan *burnout*. Adapun memiliki kekhawatiran ketika berkomunikasi dengan wali murid terkait perkembangan anak. Hubungan keluarga dilaporkan tidak memberi dukungan bahkan resah dan mendumal ketika jam kerja subjek melebihi jam kerja yang telah ditentukan sekolah. Selain itu, subjek merasa sedih karena diremehkan menjadi seorang guru TK yang dianggap hanya mengajar bernyanyi dan tepuk-tepuk saja.

Fenomena tersebut jika dikaitkan dengan teori *subjective well-being* memiliki indikasi yang menunjukkan ada guru yang memiliki masalah *subjective well-being*. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan Diener bahwa individu dikatakan memiliki *subjective well-being* tinggi jika individu tersebut memiliki kepuasan hidup dan lebih sering merasakan kebahagiaan, serta jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Sebaliknya, individu dikatakan memiliki *subjective well-being* rendah jika individu merasa tidak puas dengan kehidupannya mengalami sedikit kebahagiaan dan kasih sayang serta lebih sering merasakan emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan (Diener et al, 2017).

Diener menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*, yaitu kepuasan hidup dan kebahagiaan, spiritualitas dan memiliki hidup yang bermakna, mencintai hubungan sosial, kegiatan menarik dan bekerja, kesehatan dan mental, serta kecukupan materi untuk memenuhi kebutuhan. Adapun tuntutan kerja atau beban kerja yang tinggi menjadi penyebab buruknya *subjective well-being* (Demerouti & Bakker, 2011). Seseorang dikatakan memiliki *subjective well being* yang tinggi jika merasa puas dengan kondisi hidup, sering merasakan emosi positif dan jarang merasakan emosi negatif. Di sisi lain, individu yang tidak merasa bahagia dengan pekerjaannya atau memiliki *subjective well-being* yang rendah akan menunjukkan performa kerja yang negatif (Indriyani et al, 2018).

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran *subjective well-being* guru taman kanak-kanak di kecamatan tulangan kabupaten sidoarjo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *subjective well-being* pada guru taman kanak-kanak di kecamatan tulangan kabupaten sidoarjo. Sedangkan manfaat penelitian ini yaitu diharapkan bisa memberikan gambaran institusi Pendidikan terutama Yayasan Pendidikan untuk lebih memperhatikan permasalahan yang dihadapi guru di lapangan dan membuat kebijakan yang menunjang kesejahteraan guru.

Metodologi

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif. Menurut Sugiyono penelitian kuantitatif deskriptif digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang sudah terkumpul dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2018). Peneliti menggunakan satu variabel, yang mana bersifat deskriptif dengan bertujuan untuk menganalisa *subjective well being* pada guru taman kanak-kanak di kecamatan tulangan Sidoarjo

Populasi dalam penelitian ini adalah guru taman kanak-kanak/ sederajat kecamatan Tulangan Sidoarjo yang berjumlah 334 guru menurut portal data Kemendikbudristek Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Sedangkan sampelnya berjumlah 151 guru yang ditentukan berdasarkan tabel *Isaac & Michael* dengan taraf kesalahan 10%. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara acak (Muhid, 2019).

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan alat ukur *Scale of Positive and Negative Experience (SPANE)* yang diadaptasi dan mengacu pada aspek-aspek *subjective well being* dari Diener (2009) diantaranya adalah komponen kognitif (kepuasan hidup) dan komponen afektif (afek positif dan afek negatif). Skala yang digunakan terdiri dari 23 aitem yang telah diuji validitas dan realibilitasnya yakni menghasilkan nilai validitas berkisar 0,318 hingga 0,699. Sementara nilai realibitas yang diperoleh menunjukkan 0,902.

Skala dalam penelitian ini menggunakan model skala likert dengan tanggapan SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju) digunakan untuk pilihan jawaban aitem. Setiap pilihan jawaban memiliki nilai berbeda yakni jawaban sangat setuju pada favorable bernilai 4 dan unfavorable bernilai 1, setuju pada favorable bernilai 3 dan unfavorable bernilai 2, tidak setuju pada favorable bernilai 2 dan unfavorable

bernilai 3, kemudian sangat tidak setuju pada favorable bernilai 1 dan unfavorable bernilai 4. Analisa data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif dengan bantuan *microsoft excel*.

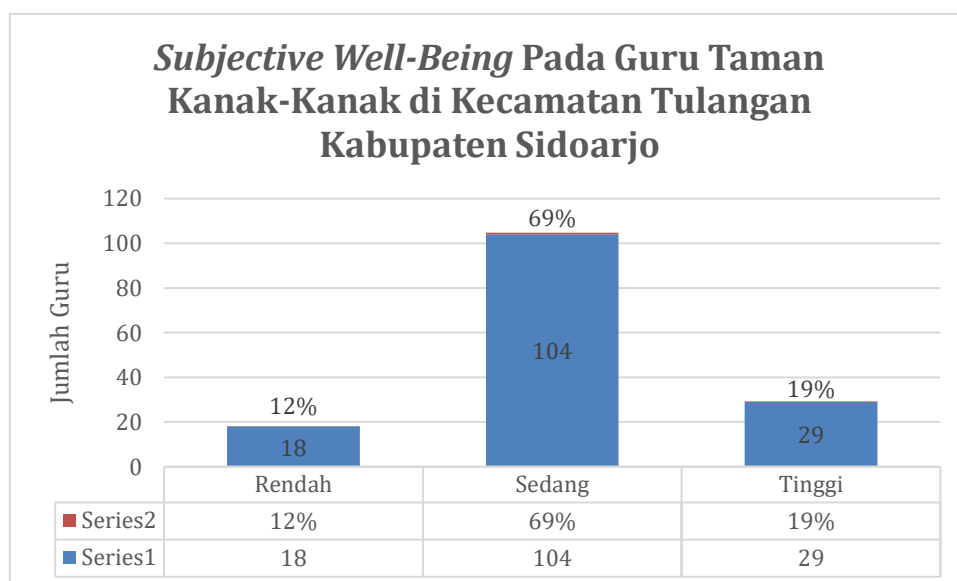
Hasil dan Pembahasan

Setelah melakukan proses pengumpulan data, peneliti melakukan uji pengolahan data berdasarkan data yang telah dikumpulkan diperoleh data demografi sebagai berikut dengan menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan bantuan *microsoft excel* :

Tabel 1. Demografi Sampel Penelitian

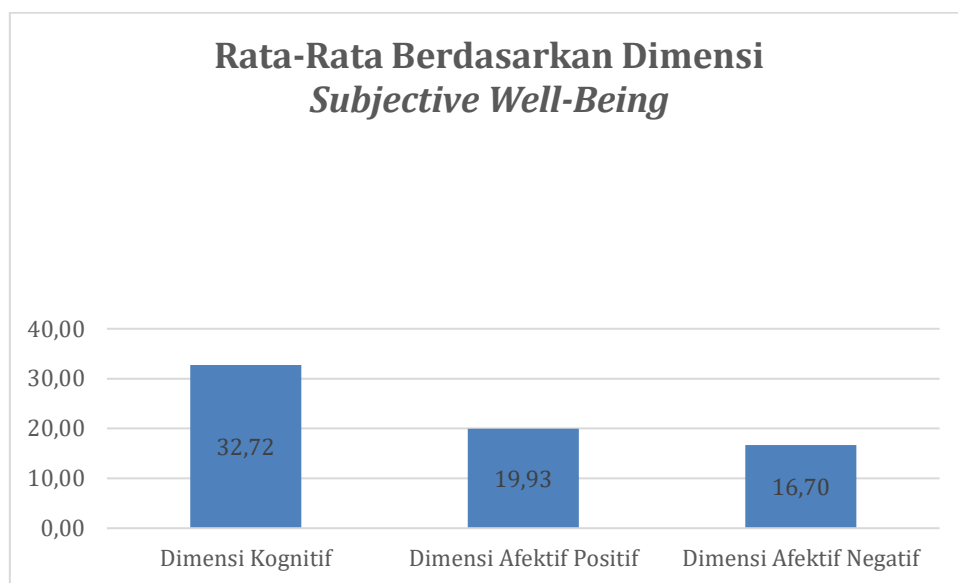
Data Demografi	N	Persentase
Usia		
21 - 27 Tahun	23	15%
28 - 46 Tahun	103	68%
47 - 60 Tahun	25	17%
Total	151	100%
Status Pernikahan		
Belum Menikah	22	15%
Menikah	127	84%
Lainnya	2	1%
Total	151	100%

Berdasarkan Tabel 1. diperoleh data demografi yaitu pada rentang usia 21 – 27 tahun terdapat 23 guru. Usia 28 – 46 tahun terdapat 103 guru. Usia 47 – 60 tahun terdapat 25 guru. Data demografi berdasarkan status pernikahan diperoleh guru yang belum menikah sebanyak 22 guru. Guru yang menikah sebanyak 127 guru. Status lainnya sebanyak 2 guru.



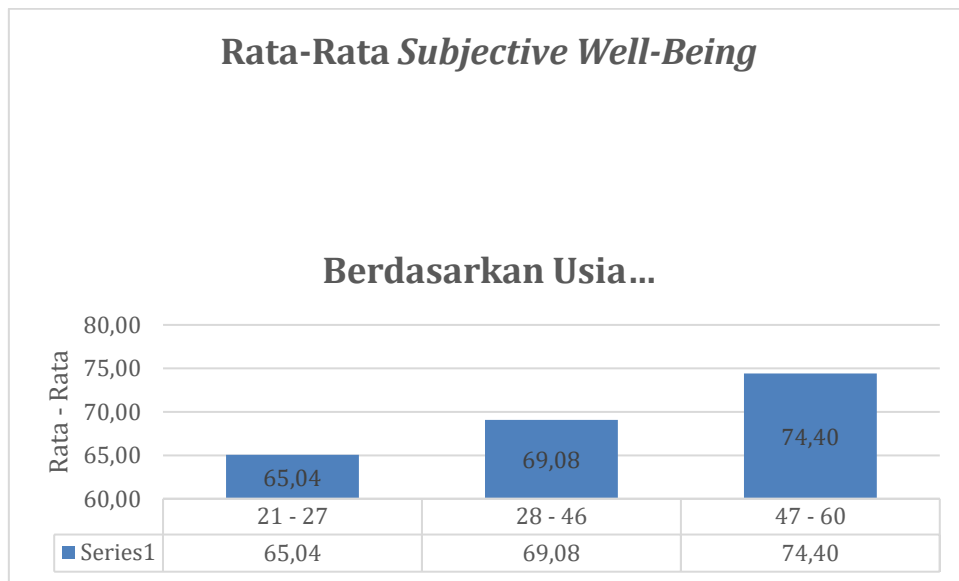
Gambar 1. Tingkatan Kategori *Subjective Well-Being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan - Sidoarjo

Gambar 1. Merupakan gambaran dari tingkatan kategori *subjective well-being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo berdasarkan total nilai aitem. Diketahui tingkat *subjective well-being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo berada pada kategori sedang dengan nilai persentase sebesar 69% dengan jumlah 104 guru yang berada pada kategori tersebut. Sebanyak 12% berada pada kategori rendah dengan jumlah 18 guru. Sebanyak 19% *subjective well-being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo berada pada kategori tinggi dengan jumlah 29 guru. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo bergerak dari sedang menuju ke tinggi dengan jumlah 104 guru yang berada pada kategori sedang dan 29 guru berada pada kategori tinggi.



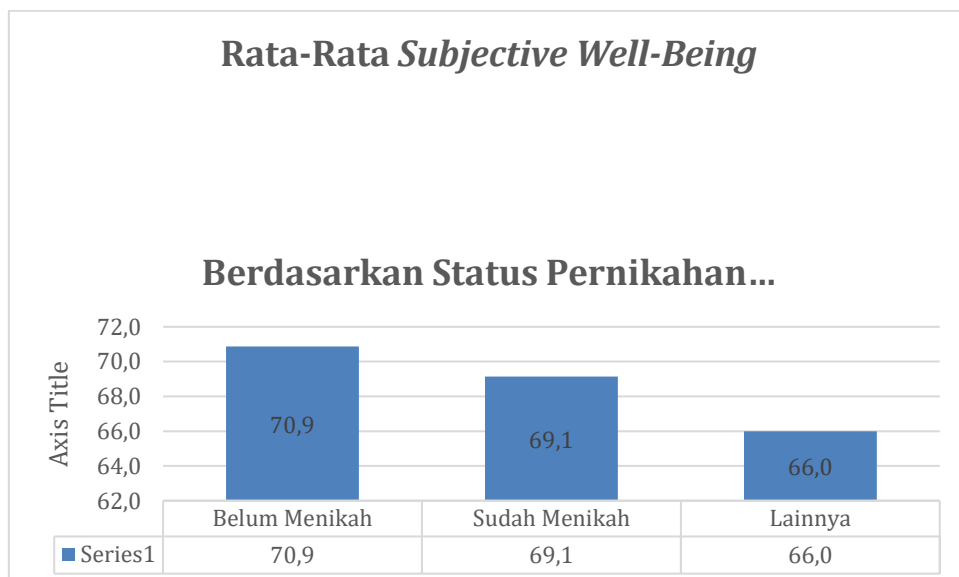
Gambar 2. Tingkatan Kategori *Subjective Well-Being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo Berdasarkan dimensi

Gambar 2. Merupakan gambaran dari tingkatan kategori *subjective well-being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo berdasarkan Dimensi yang ada pada *subjective well-being*. Diketahui dimensi kognitif memiliki nilai rata-rata paling tinggi yaitu sebesar 32.72. Dimensi afektif positif memiliki nilai rata-rata sebesar 19.93. Dimensi afektif negatif memiliki nilai rata-rata sebesar 16.70. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa dimensi kognitif *subjective well-being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo merujuk pada evaluasi individu terhadap kepuasan hidupnya secara keseluruhan, mencerminkan sejauh mana seseorang merasa puas dengan berbagai aspek kehidupannya, seperti karier, hubungan sosial, dan kondisi keseharian.



Gambar 3. Tingkatan Kategori *Subjective Well-Being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo Berdasarkan Usia

Gambar 3. Merupakan gambaran dari tingkatan kategori *subjective well-being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo berdasarkan usia guru. Berdasarkan hasil penelitian usia 21 – 27 tahun memiliki nilai rata-rata *Subjective Well-Being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo berada pada posisi paling rendah dengan nilai rata-rata sebesar 65.04. Usia 28 – 46 memiliki nilai rata-rata *Subjective Well-Being* sebesar 69.08. Usia 47 – 60 memiliki nilai rata-rata paling tinggi pada *Subjective Well-Being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo sebesar 74.40.



Gambar 4. Tingkatan Kategori *Subjective Well-Being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo Berdasarkan Status Pernikahan

Gambar 4. Merupakan gambaran dari tingkatan kategori *subjective well-being* pada Guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo berdasarkan status pernikahan guru. Berdasarkan hasil penelitian guru yang belum menikah memiliki nilai rata-rata *subjective well-being* paling tinggi yaitu sebesar 70.9. *Subjective well-being* pada guru yang sudah menikah memiliki nilai rata-rata sebesar 69.1. Guru yang berstatus lainnya memiliki nilai rata-rata *subjective well-being* sebesar 66.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *Subjective Well-Being* pada guru TK di Kecamatan Tulangan, Sidoarjo berada pada kategori sedang menuju tinggi dengan persentase sebesar 88%. Dimensi kognitif menjadi komponen yang memperoleh nilai rata-rata tertinggi yaitu 32.72. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar guru TK merasa cukup puas terhadap kehidupan yang mereka jalani, khususnya dalam aspek evaluatif atau penilaian subjektif terhadap kesejahteraan hidup secara menyeluruh. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diener et al., yang menyatakan bahwa dimensi kognitif mencerminkan sejauh mana individu mengevaluasi kehidupannya berdasarkan standar yang mereka tetapkan sendiri, seperti kepuasan terhadap pekerjaan, relasi sosial, serta pencapaian pribadi (Diener, 1984)

Dimensi afektif positif merupakan cerminan frekuensi dan intensitas emosi-emosi menyenangkan yang dirasakan individu dalam kehidupan sehari-hari (Diener, Oishi, et al., 2018). Dimensi afektif positif pada guru TK di Kecamatan Tulangan menunjukkan bahwa cukup sering merasakan emosi-emosi menyenangkan seperti rasa syukur, antusiasme, dan kebahagiaan dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Menurut Balkis & Masykur, *subjective well-being* dengan afektif positif yang tinggi berkaitan erat dengan kemampuan individu dalam membentuk interpretasi positif terhadap situasi, membangun relasi sosial yang harmonis, serta menjaga keseimbangan psikologis meskipun dihadapkan pada tekanan pekerjaan (Balkis & Masykur, 2016). Dalam konteks guru TK, perasaan positif yang sering dialami turut memperkuat keterikatan emosional terhadap profesi, meningkatkan motivasi dalam mengajar, serta mendorong interaksi yang lebih suportif dengan anak-anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karimah bahwa emosi positif tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu, tetapi juga pada efektivitas peran profesional, terutama dalam lingkungan pendidikan anak usia dini yang menuntut kesabaran dan kepekaan emosional yang tinggi. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan untuk menciptakan lingkungan kerja yang kondusif, suportif, dan memberikan ruang ekspresi emosi positif agar guru dapat mempertahankan tingkat *well-being* yang optimal (Karimah, 2023).

Dimensi afektif negatif merupakan frekuensi dan intensitas emosi-emosi tidak menyenangkan seperti marah, cemas, sedih, stres, atau frustrasi (Diener, Oishi, et al., 2018). Hasil penelitian diperoleh bahwa afektif negatif berada pada tingkatan paling rendah, hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengalaman emosi negatif seperti stres, cemas, dan kesedihan relatif rendah. Menurut Taslim & Dabi, afektif negatif yang rendah pada individu mengindikasikan kemampuan yang baik dalam mengelola tekanan serta adanya strategi koping yang adaptif dalam menghadapi tantangan sehari-hari. Dalam konteks guru TK, kondisi ini dapat mencerminkan adanya stabilitas emosional dan ketahanan psikologis

yang memungkinkan mereka tetap tenang dan fokus dalam menghadapi dinamika pekerjaan, seperti menangani perilaku anak, memenuhi tuntutan administrasi, dan menjalin komunikasi dengan orang tua murid (Taslim & Dabi, 2024).

Temuan ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Safitri, yang menemukan bahwa guru TK yang memiliki kepuasan kerja tinggi cenderung juga memiliki *subjective well-being* yang tinggi, khususnya dalam aspek kognitif (Safitri, 2023). Menurut teori *subjective well-being* oleh Diener, keseimbangan antara dimensi afektif positif dan negatif, serta tingkat kepuasan hidup seseorang, sangat menentukan sejauh mana seseorang merasa bahagia dan sejahtera secara psikologis (Diener, Lucas, et al., 2018). Dalam konteks guru TK, kesejahteraan subjektif tidak hanya berdampak pada diri pribadi guru, tetapi juga memengaruhi kualitas interaksi dengan anak-anak, suasana belajar, serta proses pengajaran secara keseluruhan. Guru yang memiliki *subjective well-being* tinggi cenderung lebih sabar, responsif, dan adaptif dalam menghadapi dinamika di lingkungan pendidikan anak usia dini (Ryff & Singer, 2008).

Oleh karena itu, intervensi untuk meningkatkan *subjective well-being* guru perlu mempertimbangkan pendekatan yang menyeluruh, mulai dari penguatan kompetensi emosional, pemberian penghargaan kerja, hingga penyediaan ruang dukungan psikososial. Dengan demikian, kualitas hidup guru dapat terjaga dan berdampak positif pada perkembangan peserta didik.

Limitasi dalam penelitian ini adalah lingkup subjek yang hanya mencakup guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo sehingga belum dapat digeneralisasikan ke wilayah lain dengan kondisi sosial dan budaya yang berbeda. Selain itu, penelitian ini berfokus pada aspek internal individu (*subjective well-being*) tanpa mengaitkan secara langsung dengan faktor eksternal seperti dukungan sosial, kontrol diri, *burnout* dan komitmen organisasi (Al Amelia et al, 2022), (Agustin & Nirwana, 2021), (Pertiwi et al, 2021), (Pratiwi et al, 2020). Penelitian lanjutan disarankan untuk mengintegrasikan faktor-faktor eksternal guna mendapatkan pemahaman yang lebih menyeluruh.

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa *subjective well-being* pada guru TK di Kecamatan Tulangan – Sidoarjo memiliki dimensi kognitif, afektif positif dan afektif negatif, dengan dimensi kognitif memiliki nilai tertinggi, diikuti oleh afektif positif dan afektif negatif yang berada pada tingkat lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar guru TK di Kecamatan Tulangan cenderung memiliki pandangan hidup yang positif dan merasa puas dengan kehidupannya, serta mengalami emosi positif yang lebih sering daripada emosi negatif.

Faktor-faktor yang memengaruhi *subjective well-being* pada guru TK ini antara lain adalah dukungan sosial, kontrol diri, *burnout* dan komitmen organisasi. Guru yang merasa dihargai dan memiliki hubungan yang baik dengan rekan kerja, siswa dan orang tua siswa cenderung memiliki tingkat *subjective well-being* yang baik. Meningkatkan kualitas hubungan interpersonal di lingkungan kerja dan memberikan dukungan emosional melalui

kebijakan atau program kesejahteraan guru dapat menjadi langkah penting untuk meningkatkan *subjective well-being* mereka.

Meskipun penelitian ini memberikan gambaran penting mengenai *subjective well-being*, penelitian ini memiliki beberapa limitasi, antara lain penggunaan sampel yang terbatas pada guru-guru TK di Kecamatan Tulangan, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi ke populasi guru di daerah lain. Penelitian ini juga bersifat deskriptif dan tidak mengeksplorasi secara mendalam faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi *subjective well-being*, dukungan sosial, kontrol diri, *burnout* dan komitmen organisasi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan sampel lebih besar, pendekatan multivariat, dan konteks yang lebih beragam untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai *subjective well-being* pada guru TK.

Daftar Pustaka

- Agustin, A. W., & Nirwana, H. (2021). Hubungan kontrol diri dengan subjective well being remaja etnis Minangkabau. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 7(1), 59–65.
- Aisyah, A., & Chisol, R. (2018). Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Gratitude in Relation With Psychological Well Being Among Honorary. *Proyeksi*.
- Al Amelia, S. D., Pratikto, H., & Nainggolan, E. E. (2022). Dukungan sosial dan subjective well-being pada mahasiswa rantau. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 58–66.
- Balkis, A. S., & Masykur, A. M. (2016). Memahami subjective well-being guru honorer sekolah dasar negeri (sebuah studi kualitatif fenomenologis). *Jurnal Empati*, 5(2), 223–228.
- Basri, H. (2021). Optimalisasi peran guru pendidikan anak usia dini yang proporsional. *EDUCHILD (Journal of Early Childhood Education)*, 1(1), 29–45.
- Demerouti, E., & Bakker, A. B. (2011). The Job Demands?Resources model: Challenges for future research. In *SA Journal of Industrial Psychology*. <https://doi.org/10.4102/sajip.v37i2.974>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, 4(1).
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260.
- Diener, E., Pressman, S. D., Hunter, J., & Delgado-Chase, D. (2017). If, Why, and When Subjective Well-Being Influences Health, and Future Needed Research. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. <https://doi.org/10.1111/aphw.12090>
- Halid Hanafi, La Adu, & H Muzakkir. (2019). Profesionalisme Guru Dalam Pengelolaan Kegiatan Pembelajaran Di Sekolah - Halid Hanafi, La Adu & H Muzakkir - Google Books. In *Deepublish*.

- Indriyani, S., Mabruri, M. I., & Purwanto, E. (2018). Subjective Well-Being Pada Lansia Ditinjau Dari Tempat Tinggal. *Developmental and Clinical Psychology*, 3(2252–6358), 66–72.
- Jones, T. M. (2018). The effects of mindfulness meditation on emotion regulation, cognition and social skills. *European Scientific Journal, ESJ*, 14(14), 18–32.
- Karimah, L. N. (2023). Subjective Well-Being Pada Guru Tk Masyitoh Iv Laweyan Surakarta. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1), 52–65.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2012). The Oxford Handbook of Positive Psychology, (2 Ed.). In *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, (2 Ed.). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.001.0001>
- Makbulah, F. L. I. R. (2017). Pengaruh stres situasi kerja terhadap psychological well-being pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah di Kota Tangerang. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 31(1), 259392.
- Maulia, D., Rakhmawati, E., Suharno, A., & Suhendri, S. (2018). Makna kesejahteraan pada guru pendidikan anak usia dini. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 176–189.
- Muhid, A. (2019). Analisis Statistik Edisi 2. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Edisi Kedu, Vol. 53, Issue 9). Zifatama Jawa.
- Nurani, Y. (2019). *Perspektif Baru Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini Edisi Revisi*. Campustaka.
- Ortega-García, J. A., Sánchez-Saucó, M. F., Zafra-Rodríguez, J. A., Cabrera-Rivera, L. T., Díaz-Martínez, F., Llegus-Santiago, E. M., Delgado-Marín, J. L., Orenes-Piñero, E., Kloosterman, N., & Bach, A. (2023). Subjective well-being, happiness, and environmental health factors related to women planning a pregnancy or pregnant, using mobile health intervention. *Digital Health*, 9, 20552076231177144.
- Pertiwi, M., Andriany, A. R., & Pratiwi, A. M. A. (2021). Hubungan antara subjective well-being dengan burnout pada tenaga medis di masa pandemi Covid-19. *Syntax Idea*, 3(4), 857–866.
- Pratiwi, A. M. A., Pertiwi, M., & Andriany, A. R. (2020). Hubungan Subjective Well Being dengan komitmen organisasi pada pekerja yang melakukan work from home di masa pandemi Covid 19. *Syntax*, 2(11), 825.
- Rejeki, N. S., & Suwardi, S. (2019). Pengaruh kemampuan guru dalam mengelola kelas terhadap pembelajaran efektif di taman kanak-kanak. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 2(1), 37–48.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13–39.
- Safitri, R. (2023). *Hubungan Kepuasan Kerja Dengan Subjective Well-Being pada Guru Honorer di kecamatan gandapura Kabupaten Bireuen*. UIN Ar-Raniry.
- Sengkey, M. M., & Tiwa, T. M. (2020). Kesejahteraan Subjektif Pekerja Kontrak (PKWT). *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 3(2), 1–21.
- Sugiyono, D. (2018). Metode penelitian kuatintatif , kualitatif dan R & D / Sugiyono. In *Bandung: Alfabeta*.

-
- Taslim, V. H., & Dabi, S. A. D. (2024). Perbedaan Subjective Well-Being pada Guru Sekolah Luar Biasa Berstatus Honorer dan Pegawai Negeri Sipil di Ternate. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(2), 852–855.
- Turan, S., Özyurt, G., Çatlı, G., Öztürk, Y., Abacı, A., & Akay, A. P. (2019). Social cognition and emotion regulation may be impaired in adolescents with obesity independent of the presence of binge eating disorder: a two-center study. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 29(4), 887–894.
- Zulkifli, Z. (2017). Upaya guru mengembangkan media visual dalam proses pembelajaran fiqih di MAN Kuok Bangkinang Kabupaten Kampar. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 14(1), 18–37.