

***SUBJECTIVE WELL-BEING* DITINJAU DARI KEBERSYUKURAN DAN
DUKUNGAN SOSIAL PADA GURU HONORER DI MASA PANDEMI**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun Oleh:

Mayziyadah

NIM 17107010105

Dosen Pembimbing Skripsi

Dr.R. Rachmy Diana, S. Psi., M.A., Psi

NIP 19750910 200501 2 003

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2021

SURAT KEASLIAN PENELITIAN

SURAT KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mayziyadah
NIM : 17107010105
Prodi : Psikologi
Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi dengan judul "*Subjective Well-Being Ditinjau dari Kebersyukuran dan Dukungan Sosial Pada Guru Honorar di Masa Pandemi*" tidak pernah ada karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi manapun dan skripsi ini adalah asli karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila dikemudian hari ditemukan penyimpangan dalam penyusunan penelitian ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 15 Agustus 2021

Yang menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Mayziyadah
NIM. 17107010105

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI / TUGAS AKHIR



Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Surat Persetujuan Skripsi/ Tugas Akhir

Lamp : 1

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Mayziyadah

NIM : 17107010105

Judul Skripsi : *Subjective Well-Being* Ditinjau dari Kebersyukuran dan Dukungan Sosial pada Guru Honorar di Masa Pandemi

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 16 Agustus 2021
Dosen Pembimbing Skripsi,

Dr. R. Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi
NIP. 19750910 200501 2 003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571
Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-656/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2021

Tugas Akhir dengan judul : *SUBJECTIVE WELL-BEING* DITINJAU DARI
KEBERSYUKURAN DAN DUKUNGAN SOSIAL PADA
GURU HONORER DI MASA PANDEMI

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MAYZIYADAH
Nomor Induk Mahasiswa : 17107010105
Telah diujikan pada : Rabu, 25 Agustus 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi,
SIGNED

Valid ID: 612a41cb30ded

Penguji

Penguji II



Lisnawati, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 612ad9061053f



Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 612a35eae5e42

Yogyakarta, 25 Agustus 2021 UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora



Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 612ad9880b1b2

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(Q.S. Al-Insyirah: 6)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim puji syukur kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan segala ni'mat-Nya, sehingga atas karunia-Nya karya ini dapat terselesaikan sesuai tenggat waktu. Karya sederhana ini saya persembahkan kepada:

Almamater

Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Diriku Sendiri

Terimakasih, May!

Keluarga

Kepada kedua orang tua yang amat saya cintai,
Bapak Muhammad Tafrikhan dan Ibu Siti Qonik Hamidah
Kepada kakak dan adik-adik yang saya sayangi, Wardah Hani, Yusron Bayu Nur
Muis, dan Amsa Muwafa
Terimakasih atas do'a dan cinta yang telah diberikan selama ini.

Teman-Teman Seperjuanganku

Terimakasih untuk seluruh teman-teman Psikologi C angkatan 2017 UIN Sunan
Kalijaga Yogyakarta.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim, Alhamdulillah robbil 'alamin, puji syukur kehadirat Allah SWT. yang telah melimpahkan segala ni'mat-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kebersyukuran dan Dukungan Sosial terhadap *Subjective Well-Being* Guru Honorer pada Masa Pandemi di Kabupaten Bantul”. Sholawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Baginda Muhammad SAW. beserta sahabat dan keluarga dan seluruh umat Beliau yang dicintai oleh Allah SWT.

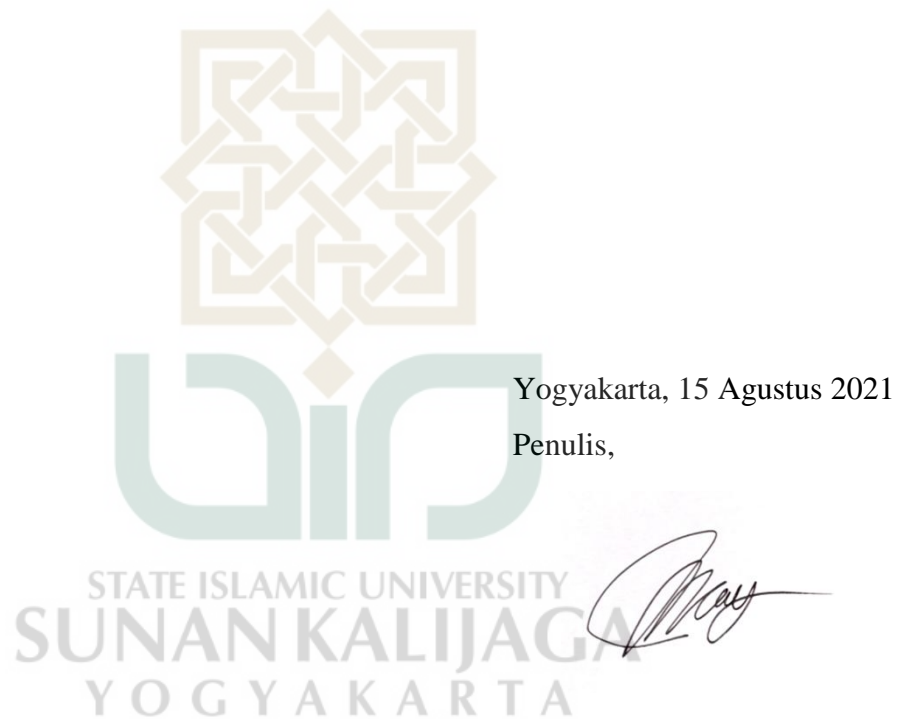
Karya tulis ini merupakan skripsi yang diajukan sebagai salah satu persyaratan meraih gelar sarjana Psikologi di Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga. Terelesaikannya penelitian ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan, motivasi, serta bimbingan berbagai pihak. Oleh sebabnya, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A.
2. Bapak Dr. Moch. Sodiq, S.Sos., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi., selaku Kepala Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan selaku dosen penguji I yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam proses penyusunan skripsi peneliti.
4. Ibu Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A., selaku Dosen Pembimbing Akademik. Terimakasih atas bimbingan, masukan, dan saran yang telah diberikan selama ini.
5. Ibu Dr.R. Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan, masukan, dan motivasi sedari awal hingga akhir sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi. Terimakasih atas waktu, tenaga, dan ilmu yang telah Ibu berikan demi terselesaikannya tugas akhir peneliti.

6. Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi, selaku dosen penguji II yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam proses penyusunan skripsi peneliti.
7. Seluruh Dosen Prodi Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman yang luar biasa, serta seluruh staf bidang Tata Usaha yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi peneliti.
8. Seluruh Bapak dan Ibu Guru yang telah bersedia menjadi partisipan dalam penelitian dan mendukung terlaksananya penelitian ini.
9. Kedua orang tua saya yang amat saya cintai, Bapak Muh. Tafrikhan dan Ibu Siti Qonik Hamidah. Terimakasih atas segala do'a, ridho, pengorbanan, cinta, dan kasih sayang yang telah diberikan selama ini.
10. Kakak dan kedua adik saya yang saya sayangi, Wardah Hani, Yusron Bayu Nur Muis, dan Amsa Muwafa. Terimakasih atas do'a dan dukungannya selama ini.
11. Nur Salwa Hanifah, temanku yang selalu menginspirasi dan memberikan bantuan, dukungan, dan motivasi kepada peneliti dari awal perkuliahan hingga terselesaikannya penulisan skripsi ini.
12. Teman-teman baikku, Detya Pratiwi, Hanifah Ummu Azizah, Yusriatul Umah, Renna Putri Lestari, Ika Mutiya, Assyifa El Fikri, dan Nahzmi Udayana Kardjaka. Terimakasih sudah membagikan kisah, pengalaman, persaudaraan, dan waktu yang luar biasa selama ini.
13. Rekan mainku ke sana ke mari saat galau melanda, Nisrina Mutia Afifah dan Imroatun Azizah, terimakasih sudah menjadi sumber - kewarasan peneliti selama penyusunan skripsi di masa pandemi.
14. Serta seluruh teman-teman Psikologi C 2017 UIN Sunan Kalijaga, terimakasih atas waktu, kebersamaan, dan pengalaman yang telah diciptakan bersama. Semoga kita semua sukses ke depannya.

Semoga kebaikan dan jasa-jasa yang telah diberikan senantiasa terbalas dan kembali kepada pihak-pihak yang telah disebutkan di atas maupun yang tidak sempat disebutkan oleh peneliti. Semoga dengan adanya karya tulis skripsi ini

mampu memberikan sumbangsih terhadap perkembangan ilmu Psikologi, khususnya dibidang psikologi positif dan psikologi pendidikan. Penulis menyadari bahwa penulisan dan hasil dari penelitian ini masih belum mencapai kesempurnaan, sehingga peneliti mengharapkan secara terbuka kritik dan saran dari pembaca guna perbaikan di kesempatan yang akan datang.



Mayziyadah
NIM. 17107010105

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| SURAT KEASLIAN PENELITIAN | i |
| NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI / TUGAS AKHIR..... | ii |
| PENGESAHAN TUGAS AKHIR | iii |
| MOTTO | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR BAGAN | xi |
| DAFTAR TABEL..... | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xiii |
| INTISARI..... | xiv |
| ABSTRACT..... | xv |
| BAB I..... | 1 |
| PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 7 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 8 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 8 |
| E. Keaslian Penelitian..... | 9 |
| BAB II | 15 |
| DASAR TEORI | 15 |
| A. <i>Subjective Well Being</i> | 15 |
| 1. Pengertian <i>Subjective Well-Being</i> | 15 |
| 2. Aspek-Aspek <i>Subjective Well-Being</i> | 16 |
| 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Subjective Well-Being</i> | 18 |
| B. Kebersyukuran..... | 20 |
| 1. Pengertian Kebersyukuran | 20 |
| 2. Aspek-Aspek Kebersyukuran | 22 |
| C. Dukungan Sosial..... | 23 |
| 1. Pengertian Dukungan Sosial..... | 23 |

| | |
|--|----|
| 2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial | 24 |
| D. Dinamika <i>Subjective Well-Being</i> Ditinjau dari Kebersyukuran dan Dukungan Sosial pada Guru Honorer di Masa Pandemi | 26 |
| E. Hipotesis | 34 |
| BAB III | 35 |
| METODE PENELITIAN..... | 35 |
| A. Desain Penelitian | 35 |
| B. Identifikasi Variabel Penelitian | 35 |
| C. Definisi Operasional Penelitian | 36 |
| D. Populasi dan Sampel Penelitian..... | 37 |
| E. Metode dan Alat Pengumpulan Data..... | 38 |
| F. Validitas, Seleksi Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur | 41 |
| G. Metode Analisis Data | 43 |
| BAB IV | 45 |
| HASIL DAN PEMBAHASAN..... | 45 |
| A. Orientasi Kancan | 45 |
| B. Persiapan Penelitian..... | 46 |
| C. Pelaksanaan Penelitian..... | 54 |
| D. Hasil Penelitian..... | 55 |
| E. Pembahasan | 62 |
| BAB V..... | 67 |
| KESIMPULAN DAN SARAN..... | 67 |
| A. Kesimpulan..... | 67 |
| B. Saran | 67 |
| DAFTAR PUSTAKA | 69 |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | 76 |

DAFTAR BAGAN

| | | |
|------------|---|----|
| Bagan 2. 1 | Dinamika Hubungan Subjective Well-Being Ditinjau dari Kebersyukuran dan Dukungan Sosial | 33 |
|------------|---|----|



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian..... | 9 |
| Tabel 3. 1 <i>Blue print</i> Skala <i>Subjective Well-Being</i> | 39 |
| Tabel 3. 2 <i>Blue print</i> Skala Kebersyukuran | 40 |
| Tabel 3. 3 <i>Blue print</i> Skala Dukungan Sosial | 41 |
| Tabel 4.1 Daftar Partisipan di Setiap Kecamatan | 44 |
| Tabel 4. 2 Sebaran aitem lolos dan aitem gugur Skala <i>Subjective Well-Being</i> | 47 |
| Tabel 4. 3 Sebaran aitem yang digunakan pada Skala <i>Subjective Well-being</i> | 49 |
| Tabel 4. 4 Sebaran aitem lolos dan aitem gugur Skala Kebersyukuran..... | 50 |
| Tabel 4. 5 Sebaran aitem yang digunakan pada Skala Kebersyukuran..... | 51 |
| Tabel 4. 6 Sebaran aitem lolos dan aitem gugur Skala Dukungan Sosial..... | 51 |
| Tabel 4. 7 Sebaran aitem yang digunakan pada Skala Dukungan Sosial..... | 53 |
| Tabel 4. 8 Reliabilitas Skala <i>Subjective Well-Being</i> , Skala Kebersyukuran, dan Skala Dukungan Sosial | 54 |
| Tabel 4. 9 Deskripsi data hasil penelitian | 55 |
| Tabel 4. 10 Rumus Kategorisasi | 56 |
| Tabel 4. 11 Kategorisasi <i>subjective well-being</i> | 56 |
| Tabel 4. 12 Kategorisasi kebersyukuran | 57 |
| Tabel 4. 13 Kategorisasi dukungan sosial..... | 57 |
| Tabel 4. 14 Hasil uji normalitas | 58 |
| Tabel 4.15 Hasil uji linieritas variabel <i>subjective well-being</i> *kebersyukuran | 58 |
| Tabel 4. 16 Hasil uji linieritas variabel <i>subjective well-being</i> *dukungan sosial ... | 59 |
| Tabel 4. 17 Hasil uji multikolinieritas | 59 |
| Tabel 4. 18 Hasil uji heteroskedastisitas | 60 |
| Tabel 4. 19 Hasil hipotesis mayor..... | 60 |
| Tabel 4.20 Hasil korelasi spearman rho kebersyukuran* <i>subjective well-being</i> | 60 |
| Tabel 4.21 Hasil korelasi spearman rho dukungan sosial* <i>subjective well-being</i> .61 | |
| Tabel 4. 22 Sumbangan efektif variabel penelitian..... | 61 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1 Skala <i>Try Out Subjective Well-Being</i> | 76 |
| Lampiran 2 Skala Skala <i>Try Out</i> Kebersyukuran | 79 |
| Lampiran 3 Skala <i>Try Out</i> Dukungan Sosial | 81 |
| Lampiran 4 Tabulasi <i>Try Out Subjective Well-Being</i> | 84 |
| Lampiran 5 Tabulasi <i>Try Out</i> Kebersyukuran | 86 |
| Lampiran 6 Tabulasi <i>Try Out</i> Dukungan Sosial | 87 |
| Lampiran 7 Hasil Analisis Uji Reliabilitas Skala <i>Subjective Well-Being</i> | 89 |
| Lampiran 8 Hasil Analisis Uji Reliabilitas Skala Kebersyukuran | 92 |
| Lampiran 9 Hasil Analisis Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial | 94 |
| Lampiran 10 Skala <i>Subjective Well-Being</i> | 98 |
| Lampiran 11 Skala Kebersyukuran | 100 |
| Lampiran 12 Skala Dukungan Sosial | 101 |
| Lampiran 13 Tabulasi Sampel <i>Subjective Well-Being</i> | 104 |
| Lampiran 14 Tabulasi Sampel Kebersyukuran | 107 |
| Lampiran 15 Tabulasi Sampel Dukungan Sosial | 110 |
| Lampiran 16 Hasil Analisis Uji Normalitas | 116 |
| Lampiran 17 Hasil Analisis Uji Linieritas | 117 |
| Lampiran 18 Hasil Analisis Uji Multikolinieritas | 118 |
| Lampiran 19 Hasil Analisis Uji Heteroskedastisitas | 118 |
| Lampiran 20 Hasil Analisis Uji Hipotesis | 119 |

***SUBJECTIVE WELL-BEING* DITINJAU DARI KEBERSYUKURAN DAN DUKUNGAN SOSIAL PADA GURU HONORER DI MASA PANDEMI**

Mayziyadah

17107010105

INTISARI

Masa pandemi menimbulkan masalah bagi kesejahteraan guru honorer. Kebersyukuran dan dukungan sosial menjadi salah satu hal yang berhubungan dengan *subjective well being* guru honorer. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* guru honorer di masa pandemi. Subjek penelitian ini berjumlah 103 guru honorer di Kabupaten Bantul beragama Islam. Metode dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Data dianalisis melalui *software IBM Statistic 20* menggunakan teknik Analisis Regresi Berganda dan Korelasi *Spearman-Rho*. Hasil penelitian menunjukkan hasil korelasi Analisis Berganda sebesar 0,908 dan nilai *sig.* 0,000 ($p < 0,05$) artinya hipotesis dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi kebersyukuran dan dukungan sosial maka semakin tinggi pula *subjective well-being* guru honorer di masa pandemi, begitupun sebaliknya. Sumbangan efektif yang diberikan kebersyukuran dan dukungan sosial pada *subjective well-being* sebesar 40,2%. Analisis Korelasi *Spearman-Rho* kedua hipotesis minor dalam penelitian ini diterima. Nilai korelasi (r) antara kebersyukuran dengan *subjective well-being* 0,504 dan *sig.* 0,000 ($p < 0,05$). Nilai korelasi (r) antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* sebesar 0,540 dan *sig.* 0,000 ($p < 0,05$).



Kata Kunci : dukungan sosial, guru honorer, kebersyukuran, *subjective well-being*

***SUBJECTIVE WELL-BEING IN TERM OF GRATITUDE AND SOCIAL
SUPPORT AMONG SUBSTITUTE TEACHERS DURING THE PANDEMIC***

Mayziyadah

17107010105

ABSTRACT

The pandemic period causes a problem for substitute teacher's welfare. Gratitude and social support became one of the things that matter with the subjective well-being a substitute teacher. The aimed of this research is to find out the relations of gratitude and social support with subjective well-being a substitute teacher during the pandemic. The subjects of this research were 103 substitute teachers in Bantul district area, and a muslim. Quantitative Corelational methods were used in this research. The data was analyzed through IBM statistic 20 software using Multiple Regression Analysis techniques and Spearman-Rho's correlations. The result showed analysis correlation of 0,908 and sig. 0,000 ($p < 0,05$) mean that the hypothesis was accepted. The higher gratitude and social support, the higher subjective well being, and vice versa. An effective contribution given gratitude and social support to the subjective well-being is 40,2%. Both of minor hypotheses analyzed by Spearman-Rho's correlations was accepted. The value of correlation (r) between gratitude and subjective well-being is 0,504 and sig. 0,000 ($p < 0,05$). The value of corelation (r) between social support and subjective well-being is 0,540 and sig. 0,000 ($p < 0,05$).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Keyword: *gratitude, social support, subjective well-being, substitute teacher*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan umumnya memiliki tujuan untuk mencukupi kebutuhan dan meninggikan derajat manusia melalui transmisi yang dimiliki, khususnya dalam bentuk *transfer of knowledges* dan *transfer of values* (Arifuddin, 2008). Pendidikan dengan sistem yang tertata berperan penting dalam pembentukan dan perkembangan watak serta peradaban bangsa. Berdasarkan fungsinya tersebut, maka diperlukan adanya kerja sama yang baik antar komponen dalam bidang pendidikan formal, yaitu tujuan pendidikan, pendidik, peserta didik, interaksi antara edukatif pendidik dan anak didik, materi pendidikan, serta lingkungan pendidikan (Hasbullah, 1999). Pada konteks pendidikan formal, komponen pendidik yang dimaksudkan adalah seorang guru.

Menurut Aziyati (2018) salah satu cara untuk meningkatkan mutu pendidikan adalah dengan meningkatkan kualitas guru, karena keberadaan guru mempengaruhi pendidikan (Kurniawan, 2011). Sebagaimana yang telah tertera di UU RI No. 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen, pada BAB I Pasal 1 tertulis:

Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah.

Guru sesuai yang tertulis di UU RI BAB IV Pasal 8 memiliki kewajiban untuk memegang kualifikasi sertifikat pendidik, kompetensi, akademik, dan mampu mewujudkan tujuan pendidikan nasional. Guru dalam Peraturan Pemerintah No. 49 Tahun 2005 Pasal 1 (1) terbagi menjadi guru tetap (PNS) dan guru tidak tetap atau honorer (Mezia, 2016).

Berdasarkan dari definisi guru tersebut, disimpulkan bahwa seorang guru memiliki tugas utama dalam pendidikan formal. Guru merupakan *frontliner* yang berhadapan langsung dengan peserta didik di lingkungan pembelajaran.

Pentingnya fungsi seorang guru dalam bidang pendidikan formal menjadikan mereka harus memiliki karakteristik pribadi, sosial, dan profesional yang stabil dalam melaksanakan tugasnya (Hasbullah, 1999). Maka, guru sebagai tenaga pendidik dituntut untuk mencukupi patokan kompetensi, kualifikasi, dan kesejahteraan yang selaras dengan persyaratannya supaya baik dalam mengerjakan fungsinya (Mukti dalam Hanifah dkk, 2020).

Kenyataannya di lapangan tidak semua guru khususnya guru honorer memiliki kualifikasi seperti yang disebutkan sebelumnya. Seperti contoh kasus yang terjadi pada salah satu guru honorer di Trenggalek yang mengakhiri hidupnya karena tidak lulus dalam ujian sertifikasi (Pramithasari dan Suseno, 2019). Faktanya, sertifikasi yang diharapkan mampu memberikan solusi bagi kondisi finansial seorang guru justru menjadi stressor baru bagi mereka. Terlebih lagi semenjak pandemi *Covid-19* melanda dan kasus di Indonesia yang terus melonjak naik yang mengakibatkan adanya perubahan sistem belajar mengajar dari tatap muka atau luring menjadi pembelajaran jarak jauh atau daring. Pembelajaran daring di masa pandemi menambah tuntutan akademis yang harus ditanggung oleh guru, terlebih guru honorer.

Pembelajaran daring menuntut lebih kompetensi yang dimiliki oleh guru. Guru harus menambah kecakapan akademis pembelajaran dengan terus berimprovisasi dengan media dan metode pembelajaran, serta kapasitas dirinya. Guru dianggap mencapai kapasitas profesionalisme apabila hasil kinerjanya sesuai dan peserta didik yang diampu mampu menyelesaikan proses pembelajaran dengan baik (Sudrajat, 2020). Hal tersebut berlaku baik untuk guru yang berstatus PNS maupun guru honorer.

Tuntutan yang telah disebutkan di atas menjadi tugas baru yang berat bagi guru honorer. Hal tersebut dikarenakan adanya perbedaan gaji atau upah yang diterima antara guru tetap (PNS) dengan guru honorer, padahal ditinjau dari segi tugas yang diampu relatif tidak jauh berbeda (Hanifah, dkk., 2020). Seperti yang ditulis oleh Kompas.com, selama masa pandemi ini guru honorer harus menanggung beban lebih berat karena adanya pemangkasan gaji. Berdasarkan hal tersebut, guru honorer menjadi kesulitan untuk mencukupi

kebutuhan harian mereka (Suwandi, 2021). Hasil penelitian lain dari Rokhani (2020) juga menyebutkan dampak dari belajar daring adalah bertambahnya beban kerja yang ditanggung guru. Selain itu, Purwanto (2020) menambahkan dampak dari belajar daring adalah timbulnya konflik peran seorang guru sehingga memicu tingginya stres kerja. Problematika lain yang harus dihadapi oleh guru honorer di masa pandemi adalah perubahan metode dan media belajar yang mengharuskan para guru untuk segera beradaptasi menggunakannya.

Banyaknya tuntutan yang harus dijalani oleh seorang guru honorer dengan upah yang diterima masih di bawah UMR akan menyebabkan timbulnya afek negatif. Afek negatif dan afek positif yang muncul berkaitan dengan kebahagiaan individu (Boniwell, 2012). Afek positif mengacu pada rasa nyaman, bersemangat, dan positif. Afek negatif kebalikan dari afek positif yaitu merujuk pada ketegangan sebagai respon dari perasaan tidak nyaman, seperti marah, dihina, merasa bersalah, takut, dibenci, dan gelisah. Sehingga berdasarkan paparan permasalahan tersebut bisa berdampak pada menurunnya tingkat kesejahteraan guru honorer. Hal tersebut didukung oleh pernyataan dari penelitian Firmansyah dan Widuri (2014) bahwa gaji yang diterima menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi kesejahteraan guru honorer.

Kebahagiaan dalam psikologi positif juga disebut dengan istilah *subjective well-being* (Boniwell, 2012). Menurut Eddington & Shuman (2008) *subjective well-being* adalah evaluasi seseorang terhadap hidupnya yang meliputi perkembangan kognitif di antaranya kepuasan hidup dan ulasan afektif seperti perasaan atau emosi positif dan negatif. Di dalamnya memuat salah satu pendekatan teori yaitu teori *need* dan *goal satisfaction*. McGregor dan Little menjelaskan bahwa orang dengan tujuan penting dan berupaya untuk mencapainya akan menjadi individu yang energik, memiliki banyak emosi positif di dalam dirinya dan merasa bahwa hidupnya lebih bermakna (Nayana, 2013).

Kebahagiaan subjektif individual atau yang dikenal juga dengan istilah *subjective well-being* memiliki makna ucapan bersyukur atas belas kasih yang telah diberikan (Seligman, 2005). Menurut Eddington & Shuman (2008) *subjective well-being* adalah evaluasi seseorang terhadap hidupnya yang meliputi perkembangan kognitif di antaranya kepuasan hidup dan ulasan afektif seperti perasaan atau emosi positif dan negatif. Afek positif terdiri dari kepuasan hidup, kebahagiaan, dan emosi positif. Afek negatif memuat perasaan cemas, ketidakbahagiaan, dan emosi negatif lainnya.

Menurut observasi yang dilakukan Keyes dan Magyar Moe, kesejahteraan ialah salah satu fasilitas yang menjadikan hidup lebih sehat dan produktif (Husna, 2012). Sesuai dengan penuturan Diener et. al. individu dianggap mencapai kesejahteraan subjektif yang tinggi apabila dia merasa cukup dengan keadaan hidupnya, lebih banyak menyadari emosi positif dalam dirinya dibanding emosi negatif (Faqih, 2019). Dampak dari rendahnya kesejahteraan subjektif pada individu adalah cenderung bermasalah pada aspek psikologis seperti depresi dan masalah sosial contohnya hubungan maladaptif dengan orang lain (Park, 2004).

Maka dari itu kesejahteraan subjektif dianggap krusial bagi seorang guru agar ia mampu menjalankan perannya sebagai tenaga pendidik secara maksimal, khususnya bagi guru honorer di masa pandemi seperti ini. Guru yang merasa bahagia ketika menjalani kewajibannya sebagai pengajar maka tekanan kerja, stres kerja, dan keinginan untuk berpindah profesi akan dengan mudah ditekan menjadi lebih rendah. Begitu pula sebaliknya, seorang guru dengan emosi negatif saat mengajar akan berdampak pada munculnya stres yang tinggi dan rendahnya tingkat kesejahteraan yang dimiliki (Wang et al, 2017). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian dari Vazi dan rekan-rekan (2011) bahwa seorang guru dengan kesejahteraan subjektif yang tinggi cenderung tidak mengalami *burnout* dalam pekerjaannya.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti berupa kuesioner yang disebarkan kepada sejumlah 72 guru honorer berupa pernyataan dengan rentang angka 1-6 sebagai pilihan jawaban. Hasil jawaban merupakan yang

terbanyak dipilih responden dengan hasil sebagai berikut. Sebanyak 27,8% responden merasa lelah dengan adaptasi sistem belajar baru. 26,4% responden merasakan stres saat belajar daring. Sebanyak 36,1% responden merasa kesal terhadap pandemi yang menghambat aktivitas mereka. Sejumlah 27,8% responden merasa tingginya tambahan beban kerja di masa pandemi. Sebanyak 29,2% responden merasa mudah sakit di masa pandemi. Sebanyak 25% responden merasa khawatir melaksanakan pembelajaran di masa pandemi. Sejumlah 26,4% responden merasa kebutuhan di masa pandemi yang kurang terpenuhi. Pada pernyataan kondisi finansial, sebanyak 26,4% responden merasa pandemi menghambat finansial mereka. Sejumlah responden (29,2%) menganggap lingkungan sekolah memadai untuk melaksanakan pembelajaran online. Selain itu, sejumlah responden (50,7%) menyatakan bahwa mereka memiliki keluarga yang memotivasi dan mendukung mereka.

Berdasarkan dari studi pendahuluan di atas maka dapat disimpulkan terdapat masalah yang dialami oleh guru honorer saat pandemi. Menurut Synder dan Lopex, kesejahteraan subjektif ditandai dengan pengalaman-pengalaman positif individu, *mood* negatif yang rendah, dan tingginya kepuasan hidup (Hasanah dan Murisal, 2017).

Menurut Diener faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif diklasifikasikan menjadi dua: internal dan eksternal. Faktor internal berisi genetika, kepribadian dan temperamen, perspektif, dan ketahanan). Faktor eksternal memuat sumber daya materi, sumber daya sosial dan masyarakat yang diharapkan (Faqih, 2019). Menurut Argyle (2001) yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif terdiri dari: pekerjaan dan lapangan pekerjaan, interaksi sosial, kegiatan di waktu senggang, kepribadian, dan agama. Faktor-faktor di luar yang telah disebutkan di antaranya, *self-efficacy* (Lestari dan Hartati, 2016), keberfungsian keluarga (Nayana), religiusitas (Tina dan Utami, 2016), dan lain sebagainya.

Hefferon dan Boniwell menyebutkan ekspresi kebahagiaan yang berkaitan erat dengan kesejahteraan salah satunya adalah bersyukur (Irsyad,

dkk., 2019). Kebersyukuran sesuai dengan pendapat Emmons dimaknai dengan sebagai satu di antara banyak bentuk perilaku dan emosi positif yang berlawanan dengan perilaku cemas, cemburu, marah, dan perilaku negatif lainnya (Mariana dkk, 2018). Definisi lain dari syukur adalah mengetahui dan berterima kasih atas perkara baik yang dialami dan menyisihkan waktu untuk berterima kasih (Park et al, 2004). Kebersyukuran dalam konsep Islam diartikan sebagai bentuk menyadari tiada yang memberi kenikmatan kecuali Allah SWT, berlandas kenikmatan-Nya tersebut manusia banyak beramal dan berbuat kebajikan (Al-Ghazali, 2008).

Riset yang telah dilakukan Farra dan rekan (2019) menyatakan bahwa sabar dan syukur memiliki pengaruh dalam kesejahteraan subjektif remaja. Selain itu penelitian Wood dan rekan (2010) juga memiliki hasil bahwa ada hubungan antara kesejahteraan subjektif dan kebersyukuran. Selain itu penelitian oleh Rahmanita dan rekan (2016) membuktikan ada peningkatan kadar kesejahteraan subjektif pada pasien hipertensi yang diberikan intervensi pelatihan kebersyukuran dibandingkan dengan pasien hipertensi lainnya yang tidak diberi pelatihan.

Pratiwi dan rekan (2018) menyatakan kesejahteraan subjektif berkorelasi dengan coping masalah. Salah satu jenis coping masalah yang adaptif adalah coping religius. Cara untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif individu di antaranya adalah dengan cara membuat individu tersebut menerima keadaannya saat ini, yaitu dengan pendekatan nilai-nilai agama melalui kebersyukuran (Utami, 2012).

Faktor lain selain kebersyukuran adalah dukungan sosial. Dukungan sosial atau juga disebut jaringan sosial (*social network*) dan integrasi sosial (*social integration*) merupakan perasaan senang yang dirasakan, apresiasi, atensi atau dukungan yang diterima dari orang atau kelompok lain (Safarino, 1990). Menurut Kahn & Antonucci dukungan sosial merupakan bentuk perundingan interpersonal yang mengikutsertakan satu atau banyak faktor dari beberapa kriteria berikut: afeksi, penegasan, dan bantuan (Adawiyah, 2013).

Dukungan sosial dianggap mampu membantu individu meringankan permasalahan yang sedang dihadapi sehingga akan meningkatkan kesejahteraan subjektif yang dimiliki (Abbey, et. al., 2005). Salah satu wujud dukungan sosial adalah dukungan emosional yaitu berupa perhatian dan empati. Bentuk dukungan semacam ini membuat penerimanya merasa nyaman, semangat, merasa dicintai saat mengalami stres, merasakan kehangatan personal, dan cinta (Sarafino dalam Retnaningsih dan Novenia, 2017). Menurut penelitian Samputri dan Sakti (2015) dukungan sosial yang diterima individu dari rekan kerja maupun atasannya akan membantu individu tersebut menyadari afek positif dalam dirinya.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Putri (2016) menunjukkan hasil dukungan sosial yang secara signifikan berelasi positif dengan kesejahteraan subjektif. Selain itu, pengamatan oleh Yudiana dkk (2019) memiliki hasil bahwa dukungan sosial dari teman mempunyai peran positif pada peningkatan kesejahteraan subjektif siswa di sekolah.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* guru honorer pada masa pandemi.

B. Rumusan Masalah

Bersandarkan penjelasan latar belakang masalah di atas, peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* guru honorer pada masa pandemi?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* guru honorer pada masa pandemi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menambah informasi tentang hubungan antara kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* guru honorer di masa pandemi, khususnya pada bidang psikologi positif dan psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Guru

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu guru, khususnya guru honorer untuk mengetahui pentingnya kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* di masa pandemi.

b. Instansi pendidikan

Diharapkan hasil dari penelitian ini mampu memberikan informasi pada instansi pendidikan terkait pentingnya kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* guru honorer di masa pandemi.

c. Peneliti dan praktisi psikologi

Diharapkan hasil dari penelitian ini bisa digunakan sebagai rujukan bagi peneliti selanjutnya, utamanya yang memiliki tema selaras dengan psikologi positif dan psikologi pendidikan.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini merujuk pada beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki kecocokan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif korelasional tentang hubungan kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* guru honorer selama masa pandemi. Pada penelitian ini *subjective well-being* berperan sebagai variabel tergantung, sedangkan kebersyukuran dan dukungan sosial sebagai variabel bebas atau variabel yang mempengaruhi variabel tergantung. Penelitian ini memiliki kemiripan yang relatif sama dengan beberapa penelitian sebelumnya baik dari segi topik, teori, alat ukur, maupun subjek penelitian. Terdapat pula perbedaan sehingga bisa dikatakan penelitian ini asli. Berikut adalah penelitian-penelitian yang menjadi rujukan:

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

| No | Peneliti | Identitas Jurnal/Vol. No. | Judul artikel /penelitian | Subyek penelitian | Metode | Hasil penelitian |
|----|---|---|--|-------------------|---|--|
| 1. | Putri Nur Hanifah, Titin Suprihatin, Diany U. S | PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi/ 2 | Hubungan Kebersyukuran dan Harga Diri terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Guru Tidak Tetap SMA/SMK di Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang | Guru tidak tetap | Kuantitatif/ <i>one sample kolmogorov-smirnov Z</i> | Terdapat hubungan antara kebersyukuran dan harga diri terhadap kesejahteraan subjektif pada guru tidak tetap SMA/SMK di Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang. Semakin tinggi kebersyukuran dan harga diri maka tinggi pula kesejahteraan subjektif, begitu pula sebaliknya |
| 2. | Atik Lestari, Niken Hartati | Jurnal RAP UNP/ 7(1) | Hubungan Self-Efficacy dengan | Lansia | Kuantitatif/ <i>product moment dan Karl</i> | Terdapat hubungan positif yang signifikan |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|-------------------------------|--|--|
| | | | Subjective Well-Being pada Lansia yang Tinggal di Rumahnya Sendiri | | <i>pearson</i> | antara <i>self-efficacy</i> dengan <i>subjective well being</i> pada lansia yang tinggal di rumahnya sendiri |
| 3. | Anisa Rahmanita, Qurotul Uyun, Rr. Indahria S. | Jurnal Intervensi Psikologi/ 8(2) | Efektivitas Pelatihan Kebersyukuran untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif pada Penderita Hipertensi | Penderita penyakit hipertensi | Kuantitatif/ <i>independent sample t test</i> | Pelatihan kebersyukuran mempengaruhi peningkatan kesejahteraan subjektif pada penderita hipertensi dibandingkan kelompok yang tidak diberikan pelatihan kebersyukuran |
| 4. | Firma A. Tina, Muhana Sofiati U. | Gajah Mada Journal of Psychology/ 2(3) | Religiusitas dan Kesejahteraan Subjektif pada Pasien Jantung Koroner | Pasien jantung koroner RS X | Kuantitatif/ korelasi <i>product moment</i> | Ada hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan subjektif pada pasien jantung koroner, semakin tinggi religiusitas individu maka tinggi pula kesejahteraan subjektifnya, begitupun sebaliknya |
| 5. | Farra Anisa Rahmanisa, Syarifah N. A, Putri T. H, Muhammad W., Ahmad Rusdi | PSIKOLOGIKA: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi/ 24(2) | Hubungan Syukur dan Sabar terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja | Remaja | Kuantitatif/ <i>product moment pearson</i> | Terdapat hubungan positif antara sabar dan syukur terhadap kesejahteraan subjektif remaja |

| | | | | | | |
|----|--|------------------------------------|--|------------------------------|---|--|
| 6. | Ienats Tsuroya Fajriani dan Titin Suprihatin | Proyeksi/ 12(1) | Harga Diri, Kepuasan Kerja, dan Kesejahteraan Subjektif pada Guru Madrasah Tsanawiyah | Guru MTs | Kuantitatif/ <i>Alpha Cronbach</i> | Terdapat hubungan signifikan antara harga diri dan kepuasan kerja terhadap kesejahteraan subjektif guru |
| 7. | Adina P. dan Miftahun Ni'mah S. | Jurnal Penelitian Psikologi/ 10(2) | Kebersyukuran dan Kesejahteraan Subjektif pada Guru SMA Negeri I Sewon | Guru tetap PNS SMA N 1 Sewon | Kuantitatif/ <i>pearson product moment</i> | Terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif guru di SMA N 1 Sewon. Semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi kesejahteraan subjektif, begitu pula sebaliknya |
| 8. | David W. Chan | Teaching and Teacher Education/ 32 | Subjective Well-Being of Hong Kong Chinese Teachers: the Contribution of Gratitude, Forgiveness, and the Orientations to Happiness | Guru | <i>Gratitude questionnaire (GQ-6), The heartland forgiveness scale (HFS), Orientations to happiness scale (OHS), Satisfaction with life scale (SWLS), Positive and negative affect schedule (PANAS)</i> | Terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif guru di Hongkong |
| 9. | Dhian Riskiana Putri | Jurnal Indigenous/ 1(1) | Peran Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi | Remaja Awal | Analisis regresi berganda dengan variabel moderator yang disebut | Terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kesejahteraan subjektif, semakin |

| | | | | | | |
|-----|---|-------------------------------|---|-------|--|--|
| | | | terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja Awal | | <i>moderated regression analysis (MRA)</i> | tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif yang dimiliki |
| 10. | Whisnu Yudiana, Hasna T, Langgersari E N. | Jurnal Ilmiah Psikologi/ 6(2) | Peranan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Subjektif di Sekolah pada Siswa Pondok Pesantren Modern | Siswa | Kuantitatif korelasional dengan pendekatan analisa jalur | Dukungan sosial dari teman mempunyai peran positif pada peningkatan kesejahteraan subjektif siswa di sekolah |

Berdasarkan penjabaran penelitian-penelitian sebelumnya pada tabel tersebut, kesimpulannya terdapat kesamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti baik dari segi topik, teori, subjek, maupun alat ukur yang digunakan.

1. Keaslian Topik

Terdapat beragam variabel bebas pada penelitian sebelumnya yang disandingkan dengan variabel kesejahteraan subjektif yang berperan sebagai variabel terikat atau yang memiliki pengaruh terhadap variabel kesejahteraan subjektif. Di antaranya adalah *self-efficacy* (Lestari & Hartati, 2016), religiusitas (Tina & Utami, 2016), Harga diri dan Kepuasan Kerja (Fajriani & Suprihatin, 2017), kebersyukuran oleh Hanifah dkk (2020), Rahmania dkk (2019), Rahmanita dkk (2016), Chan (2013), dukungan sosial oleh Putri (2016) dan Yudiana dkk (2019). Sebuah penelitian dikatakan asli dari segi topik apabila penelitian yang dilakukan memiliki variabel bebas yang berbeda dengan variabel pada penelitian-penelitian sebelumnya. Maka penelitian yang akan dilakukan peneliti tidak memiliki kesamaan topik dengan penelitian yang telah disebutkan karena tidak terdapat satu penelitian dengan melibatkan ketiga variabel sekaligus

2. Keaslian Teori

Pada penelitian ini menggunakan teori kesejahteraan subjektif dari Diener, teori kebersyukuran menggunakan teori Al-Ghazali, sedangkan teori dukungan sosial menggunakan Safarino. Pada penelitian sebelumnya teori kebersyukuran memiliki kesamaan dengan teori yang digunakan oleh Pramithasari & Suseno (2019). Teori *subjective well-being* dan dukungan sosial tidak digunakan pada penelitian sebelumnya.

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur dikembangkan oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek-aspek *subjective well-being* yang dipaparan oleh Eddington dan Shuman, dan aspek-aspek kebersyukuran yang dijabarkan oleh Al-

Ghazali, sedangkan aspek-aspek dukungan sosial menggunakan teori yang dijelaskan oleh Sarafino.

4. Keaslian Subjek

Subjek dalam penelitian ini yaitu guru honorer. Memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya namun dengan *setting* waktu penelitian yang berbeda.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* guru honorer di masa pandemi. Hasil dari penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan karena tidak menepati syarat uji analisis regresi yaitu salah satu variabel normalitas dalam penelitian ini memiliki data yang berdistribusi tidak normal. Hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima dengan nilai korelasi 0,908 dan nilai *sig.* 0,000 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif senilai 40,2%. Kedua hipotesis minor dalam penelitian ini diterima dengan nilai korelasi (*r*) antara kebersyukuran dengan *subjective well-being* sebesar 0,504 dan *sig.* 0,000 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif senilai 31,7%. Nilai korelasi (*r*) antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* sebesar 0,540 dan *sig.* 0,000 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif senilai 36,6%..

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian, pembahasan, serta kesimpulan di atas. Maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian (guru honorer)

Diharapkan kepada para guru honorer untuk mempertahankan dan meningkatkan praktik kebersyukuran yang dimiliki sehingga akan berpengaruh terhadap peningkatan *subjective well-being* yang ada. Selain meningkatkan praktik kebersyukuran, para guru honorer juga perlu mempererat jalinan komunikasi, hubungan eksternal dengan keluarga maupun rekan kerja sehingga dengan meningkatnya dukungan sosial yang diterima akan berdampak pada peningkatan *subjective well-being* juga.

2. Pihak sekolah

Pihak sekolah memiliki peran penting dalam memfasilitasi terbentuknya suasana atau lingkungan kerja yang kondusif. Terlebih lagi di masa pembelajaran yang dialihkan menjadi daring ini dengan sistem belajar yang serba baru, lingkungan yang kondusif akan membantu guru tercegah dari stres maupun *burnout* saat bekerja dan mengajar. Perlunya diadakan pelatihan maupun program intervensi yang akan membantu terciptanya keberyukuran dan keharmonisan dalam lingkungan kerja seperti contoh *gathering* yang diadakan secara rutin, pelatihan syukur, maupun kegiatan-kegiatan yang lain. Adanya program tersebut diharapkan membantu menjaga dan meningkatkan *subjective well-being* guru honorer di masa pandemi *Covid-19*.

3. Pihak keluarga

Bagi pihak keluarga diharapkan dapat membantu menciptakan suasana yang positif di rumah, memberikan bantuan seperti dukungan positif, tidak menyela atau mengganggu saat sedang WFH, dan lain sebagainya, sehingga secara bersama-sama dapat membangun *subjective well-being* yang baik di dalam rumah bersama keluarga.

4. Penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema yang sama, diharapkan dapat memperhatikan kekurangan dalam penelitian ini agar dapat dijadikan evaluasi dan pertimbangan ke depan. Setelah dilakukannya penelitian ini, peneliti menyadari masih adanya kekurangan dan ketidak sempurnaan dalam penelitian ini. Kekurangan dalam penelitian ini di antaranya adalah kurangnya kontrol peneliti terhadap responden atau subjek penelitian ketika mengisi skala.

Kurangnya kontrol peneliti seperti halnya tidak dapat mengetahui secara langsung proses pengisian skala, kondisi lingkungan, serta emosi yang sedang dialami partisipan saat mengisi skala. Sehingga dari hal tersebut besar kemungkinan adanya variabel luar (*extraneous variables*) yang bisa berdampak pada hasil penelitian. Maka dari itu diharapkan

peneliti lebih memperhatikan serta mempertimbangkan faktor-faktor di luar penelitian sehingga dapat meminimalisir adanya potensi untuk mempengaruhi hasil penelitian. Kemudian diharapkan untuk peneliti selanjutnya supaya mengeksplor variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being*.



DAFTAR PUSTAKA

- Abbey, A., et. al. (2005). Effects of Different Sources of Social support and Social Conflict on Emotional Well-Being. *Basic and Applied Social Psychology*, 6(2), 111-129.
- Adawiyah, Raden A. R. (2013). Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial dan Kecenderungan Burnout. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 99-107.
- Akbar, Zarina., Oliver T. (2018). Dukungan Sosial dan Resiliensi Diri pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 7(1), 53-59.
- Al-Ghazali. (2008). *Mutiara Ihya' Ulumuddin*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Andriani, Dwi Esti. (2010). Pengembangan Profesionalitas Guru Abad 21 Melalui Program Pembimbingan yang Efektif. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 6(2), 43-50.
- Anggaran Dipangkas, Tunjangan untuk 8.050 Guru dan Pegawai Honorer di Bantul Batal Naik. *Jogjapolitan*. Diakses pada tanggal 08 April 2021 dari (<https://jogjapolitan.harianjogja.com/read/2020/01/23/511/1030201/anggaran-dipangkas-tunjangan-untuk-8.050-guru-dan-pegawai-honorer-di-bantul-batal-naik>).
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness*. New York: Rourledge.
- Arifuddin, Arif. (2008). *Pengantar Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Kultura.
- Aziyati, Nurul. (2018). Hubungan Konflik Peran Ganda dan Manajemen Waktu dengan Stres Kerja pada Perempuan Menikah yang Berprofesi Sebagai Guru. *Psikoborneo*, 6(1), 9-16.
- Azwar, S.(2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baron, R. A., D. Byrne. (2005). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Boniwell, I. (2012). *Positive Psychology in A Nutshell: The Science of Happiness*. New York: McGraw Hill.
- Bono, G., McCullough. (2006). Positive Responses to Benefit and Harm: Bringing Forgiveness and Gratitude Into Cognitive Psychotherapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(2), 147-158.
- Chan, David W. (2013). Subjective Well-Being of Hong Kong Chinese Teachers: the Contribution of Gratitude, Forgiveness, and the Orientations to Happiness. *Teaching and Teacher Education*, 32, 22-30.

- Dashboard GTK Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Diakses pada tanggal 08 April 2021 dari (https://referensi.data.kemdikbud.go.id/dashboardgtk/ptk_dash22.php?id=20&kd=GBJVYpEQTM9eQR1ytf6bTv+UJjv89WK8y/LTakR32BY=).
- Derita Guru Honorer di Masa Pandemi, Harus Utang Kanan Kiri karena Gaji Disunat. *Kompas.com*. Diakses pada tanggal 18 Juni 2021 dari (<https://regional.kompas.com/read/2021/01/01/21325371/derita-guru-honorer-di-masa-pandemi-harus-utang-kanan-kiri-karena-gaji?page=all>).
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: the Science of Happiness and A Proposal for A National Index. *American Psychologist Journal*, 55(3), 34-43.
- DPR Kritik Menteri Nadiem, Salah Satunya Kurang Perhatian Terhadap Guru Honorer. *Halo!Bogor*. Diakses pada tanggal 04 Februari 2021 dari (<https://hallobogor.pikiran-rakyat.com/kampus/pr-1321314378/dpr-kritik-menteri-nadiem-salah-satunya-kurang-perhatian-terhadap-guru-honorer>).
- Eddington, N., Shuman, R. (2008). *Subjective Well-Being (Happiness)*. California: Continuing Psychology Education.
- Emmons, R. A., McCullough, M. E. (2004). *The Psychology of Gratitude*. New York: Oxford University Press.
- Eriyanda, Dian., Maya K. (2017). Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Wanita yang Bercerai di Aceh. *Psikodimensia*, 16(2), 189-197.
- Fajriani, I. T., Titin Supriatin. (2017). Harga Diri, Kepuasan Kerja dan Kesejahteraan Subjektif pada Guru Madrasah Tsanawiyah. *Proyeksi*, 12(1), 67-76.
- Faqih, Nurul. (2019). Kesejahteraan Subjektif Ditinjau dari Virtue Transcendence dan Coping Stress. *TAZKIYA (Jurnal of Psychology)*, 7(2), 146-157.
- Gatari, E. (2008). Hubungan antara Perceived Social Support dengan Subjective Well-Being pada Ibu Bekerja. *Artikel Psikologi*. Jakarta: Program Studi Psikologi Universitas Indonesia.
- Ghozali, Imam. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23 (VIII)*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Hadi, S. (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hanifah, Nur Putri., dkk. (2020). Hubungan Kebersyukuran dan Harga Diri terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Guru Tidak Tetap SMA/SMK di Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 147-156.
- Hasanah, Trisna., Murisal. (2017). Hubungan Bersyukur dengan Kesejahteraan Subjektif pada Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Negeri

2 Kota Padang. *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 4(2), 81-88.

Hasbullah. (1999). *Dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Hayyu, A., Olievia P. Mulyana. (2015). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kebermaknaan Hidup pada Penyandang Tuna Rungu di Komunitas Persatuan Tuna Rungu Indonesia (Perturi) Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*, 5(2), 81-90.

Irsyad, Muhammad., dkk. (2019). Hubungan antara Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Subjektif pada Remaja di Panti Asuhan di Kota Martapura. *Jurnal Kognisia*, 2(1), 26-30.

Juhji. (2016). Peran Urgen Guru dalam Pendidikan. *Studi Didaktika: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 10(1), 52-62.

Khairullah, M., dkk. (2021). Hubungan antara Kebersyukuran dengan Kebahagiaan pada Guru Honorar. *Psyche 165 Journal*, 14(2), 158-163.

Khalif, Abdul., Abdurrohman. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan pada Narapidana di Lapas Perempuan Kelas II A Semarang. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 1, 240-253.

Kurnia, Puspa Irmadani. (2018). Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial terhadap Subjective Well-Being pada Guru Honorar Sekolah Dasar Negeri di Jakarta Utara. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 7(2), 77-82.

Kurniawan, B. D. (2011). Implementasi Kebijakan Sertifikasi Guru dalam Rangka Meningkatkan Profesionalitas Guru di Kota Yogyakarta. *Jurnal Studi Pemerintahan: Journal of Government and Politics*, 2(2), 278-299.

Latipah, Eva. (2014). *Metodologi Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Deepublish.

Latipun. (2011). *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.

Lemeshow. (1997). *Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan*. Jogjakarta: Gadjah Mada University Press.

Lestari, Atik., Niken Hartati. (2016). Hubungan Self-Efficacy dengan Subjective Well-Being pada Lansia yang Tinggal di Rumahnya Sendiri. *Jurnal RAP UNP*, 7(1), 12-23.

Mariana, Lisda., dkk. (2018). Hubungan Kebersyukuran dan Komitmen Organisasi pada Guru Honorar di Kota Samarinda. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 1(2), 42-48.

- Marni, A., Yuniawati, R. (2015). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. *Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 1-7.
- Martadinata, M. A., dkk. (2020). Keseimbangan Kehidupan Kerja, Dukungan Sosial, dan Kesejahteraan Subjektif pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB). *PSIKOLOGIKA*, 25(2), 245-256.
- Maslihah, Sri. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyifa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 103-114.
- McCullough, M. E., et al. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127.
- Mezia, Chairani. (2016). Perbedaan Kebahagiaan pada Guru Berstatus PNS dan Honorer. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 132-141.
- Minkov, M. (2009). Predictors of Differences in Subjective Well-Being Across 97 Nations. *Cross-Cultural Research*, 43(2), 152-179.
- Nawawi, R. S. (2014). *Kepribadian Qur'ani*. Jakarta: Amzah.
- Nayana, Firra Noor. (2013). Kefungsian Keluarga dan Subjective Well-Being pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 230-244.
- Park, N. (2004). The Role of Subjective Well-Being in Positive Youth Development. *The ANNALS of The American Academy*, 591(1), 25-39.
- Park, N., et al. (2004). Strengths of Character and Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 82(1), 112-127.
- Pendidikan di Bantul Ditopang Guru Honorer Berupah Minimal Rp 300 Ribu. *Kompas.id*. Diakses pada tanggal 08 April 2021 dari (<https://www.kompas.id/baca/humaniora/dikbud/2019/11/09/jumlah-guru-honor-di-kabupaten-bantul-3-659-orang/>).
- Prabowo, A. (2017). Gratitude dan Psychological Wellbeing pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(2), 260-270.
- Pramithasari, Adina., Miftakhun N. S. (2019). Kebersyukuran dan Kesejahteraan Subjektif pada Guru SMA Negeri I Sewon. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 1-12.
- Profil Kapanewon / Kecamatan Kabupaten Bantul. Diakses pada 07 Agustus 2021 dari (<https://bantulkab.go.id/kecamatan.html>)

- Purba, Johana., dkk. (2007). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Burnout pada Guru. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 77-87.
- Purwanto, A., dkk. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *Edupscouns*, 2(1), 1-12.
- Putri, D. A., dkk. (2016). Pelatihan Kebersyukuran untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Guru Sekolah Inklusi. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 8(1), 21-40.
- Putri, D. R. (2016). Peran Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja Awal. *Jurnal Indigenous*, 1(1), 12-22.
- Rahmania, Farra A., dkk. (2019). Hubungan Syukur dan Sabar terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja. *PSIKOLOGIKA: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 155-166.
- Rahmanita, A., dkk. (2016). Efektivitas Pelatihan Kebersyukuran untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 8(2), 165-184.
- Ratnaningsih, I. Z., Deya Novenia. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial Suami dengan Work Family Balance pada Guru Wanita di SMA Negeri Kabupaten Purworejo. *Jurnal Empati*, 6(1), 97-103.
- Ridha, Nikmatur. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel, dan Paradigma Penelitian. *Jurnal Hikmah*, 14(1), 62-70.
- Rokhani, C. (2020). Pengaruh Work From Home (WFH) terhadap Kinerja Guru SD Negeri Dengek 01 Pati Selama Masa Pandemi Covid-19. *Edupscouns*, 2(1), 424-437.
- Ryan, R. M., Rana, S. A. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
- Samputri, S. K., Hastaning Sakti. (2015). Dukungan Sosial dan Subjective Well Being pada Tenaga Kerja Wanita PT. Arni Family Ungaran. *Jurnal Empati*, 4(4), 208-216.
- Safarino, E. P. (2003). *Introduction to Industrial/Organizational Psychology, Fourth Edition*. New Jersey, NJ: Prentice Hall.
- Seligman, M. E. (2005). *Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Shobibah, Ida F. (2014). Kebersyukuran (Upaya Membangun Karakter Bangsa Melalui Figur Ulama). *Jurnal Dakwah*, 17(2), 383-406.

- Sudrajat, Jajat. (2020). Kompetensi Guru di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Ekonomi dan Bisnis*, 13(1), 100-110.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Alfabeta.
- Suseno, Miftahun Ni'mah. (2010). Pengaruh Dukungan Sosial dan Kepemimpinan Transformasional Terhadap Komitmen Organisasi dengan Mediator Motivasi Kerja. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 94-109.
- _____. (2012). *Statistika Teori dan Aplikasi untuk Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta: Ash-Shaff.
- Taylor, S. E. (2003). *Health Psychology Sixth Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Thohiroh, Hasna., dkk. (2019). Peranan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Subjektif di Sekolah pada Siswa Pondok Pesantren Modern. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 131-144.
- Tina, Firma Agus., Muhana S. A. (2016). Religiusitas dan Kesejahteraan Subjektif pada Pasien Jantung Koroner. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 2(3), 162-171.
- Utami, M. S. (2012). Religiusitas, Koping Religius, dan Kesehatan Subjektif. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 46-66.
- _____. (2009). Keterlibatan dalam Kegiatan dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 36(2), 144-163.
- UU Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen.
- Wang, H., et al. (2017). Teacher's Goal Orientations: Effects on Classroom Goal Structures and Emotions. *British Journal of Educational Psychology*, 87(1), 90-107.
- Watkins, P. C., et al. (2003). Gratitude and Happiness: Development of A Measure and Relationship wit Subjective Well-Being. *Social Behavior and Personality*, 31(5), 431-452.
- Wijaya, Y. D., Mariyana W. (2019). Kebersyukuran untuk Meningkatkan Kesejahteraan Wanita Korban Pelecehan Seksual. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 35-39.
- Wijayanti, S., dkk. (2020). Kontribusi Kebersyukuran dalam Peningkatan Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja di Panti Asuhan. *PSYCHO IDEA*, 18(1), 33-44.
- Wood, A. M., dkk. (2010). Gratitude and Well-Being: A Review and Theoretical Integration. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 1-16.

Yudiana, Whisnu., dkk. (2019). Peranan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Subjektif di Sekolah pada Siswa Pondok Pesantren Modern. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 131-144.

