

**STUDI KUALITATIF DESKRIPTIF KEBAHAGIAAN PADA
GURU TAMAN KANAK-KANAK BERUSIA LANJUT
(PERSPEKTIF SELIGMAN)**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri
Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi

Disusun oleh:

Luqman Amirul Mukmin

NIM. 18107010085

Dosen Pembimbing:

Rita Setyani Hadi Sukirno M. Psi

NIP. 19830501 201503 2 006

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

2022

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah:

Nama : Luqman Amirul Mukmin

NIM : 18107010085

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi ini adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 18 Mei 2022

Yang menyatakan



Luqman Amirul Mukmin
NIM. 18107010085



**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-732/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2022

Tugas Akhir dengan judul : **Studi Kualitatif Deskriptif Kebahagiaan Pada Guru Taman Kanak-kanak Berusia Lanjut (Perspektif Seligman)**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : LUQMAN AMIRUL MUKMIN
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010085
Telah diujikan pada : Senin, 11 Juli 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : B

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

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 62ef37c3b9c96



Penguji I
Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.
SIGNED

Valid ID: 62ecb327e3a26



Penguji II
Muslim Hidayat, M.A.
SIGNED

Valid ID: 62edc3f9bdf2b



Yogyakarta, 11 Juli 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 62f08027a20e4

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Kepada Yth.

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

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah memeriksa, mengarahkan dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing, saya menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Luqman Amirul Mukmin

NIM : 18107010085

Judul Skripsi : Studi Kualitatif Deskriptif Kebahagiaan pada Guru Taman
Kanak-kanak Berusia Lanjut (Perspektif Seligman)

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana strata satu Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Demikian atas perhatiannya, saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 03 Juni 2022

Pembimbing Skripsi



Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.

NIP. 19830501 201503 2 006

ABSTRAK

Studi Kualitatif Deskriptif Kebahagiaan pada Guru Taman Kanak-kanak Berusia Lanjut (Perspektif Seligman)

Luqman Amirul Mukmin

Keberadaan guru taman kanak-kanak berusia lanjut di peradaban bangsa dimanapun, termasuk di Indonesia memberi peran dan arti besar dalam menciptakan lingkungan belajar yang matang secara sosial dan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dan apa saja faktor-faktor kebahagiaan guru berusia lanjut. Informan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan mengikuti kriteria guru taman kanak-kanak yang telah berusia 45-59 tahun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis data tematik kualitatif. Keabsahan penelitian diuji menggunakan triangulasi teknik dan konfirmabilitas.

Hasil penelitian menunjukkan para guru memiliki kebahagiaan dengan cara menjalani hubungan positif dengan orang-orang sekitar, bermusyawarah, memaknai setiap keadaan, terpenuhinya kebutuhan jasmani dan rohani. Faktor internal maupun eksternal juga mempengaruhi kebahagiaan masing-masing informan.

Kata Kunci : Kebahagiaan; Guru TK; Guru Berusia Lanjut; Seligman

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRACT

Descriptive Qualitative Study of Happiness in Older Kindergarten Teachers (Seligman Perspective)

Luqman Amirul Mukmin

The existence of elderly kindergarten teachers in any nation's civilization, including in Indonesia, gives a big role and meaning in creating a socially and emotionally mature learning environment. This study aims to find out how and what are the factors of elderly teachers' happiness. Informants were selected using a purposive sampling technique by following the criteria of kindergarten teachers aged 45-59 years. The method used in this research is descriptive qualitative method. Data analysis technique used is qualitative thematic data analysis. The validity of the study was tested using triangulation techniques and confirmability.

The results of the study show that teachers have happiness by having positive relationships with people around, deliberation, interpreting every situation, fulfilling physical and spiritual needs. Internal and external factors also affect the happiness of each informant.

Keywords: *Happiness; Kindergarten Teacher; Elderly Teacher; Seligman*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

“Bangun dan raih mimpimu atau mimpi hanya akan melewatimu yang masih saja tertidur.”

(Tweet – @luqmanamrr)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.”

(QS. Al Insyirah 5-6)

“Lights will guide you home”

(Fix you – Coldplay)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Karya sederhana ini saya persembahkan untuk Bapak–Ibu tercinta, Bapak Tri Purwanto dan Ibu Sumarsih, orang tua yang telah melahirkan, sekaligus memperjuangkan hidupnya serta memberikan yang terbaik untuk saya. Untuk kedua kakakku, Istiqomah Widiyaningrum, Syahrul Karimawati yang tiada hentinya memberikan perhatian dan nasihat kepadaku, serta untuk Natasyaard dan seluruh teman-teman yang selalu membantuku.

Terima kasih ♡

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji dan syukur tidak henti-hentinya penulis panjatkan kepada Allah SWT. Dengan kerendahan hati dan tiada sepele kata pantas terucapkan kecuali dzikir, tahmid, dan istighfar memohon ampun serta memuji syukur kehadiran-Nya atas segala rahmat hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyusun penelitian ini guna melengkapi persyaratan dalam memperoleh gelar S1 Psikologi pada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, dengan mengambil judul Studi Kualitatif Deskriptif Kebahagiaan pada Guru Taman Kanak-kanak Berusia Lanjut (Perspektif Seligman).

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dukungan, serta do'a dari berbagai pihak, maka perkenankanlah dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S. Ag., M.A., selaku rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Mochammad Sodik, S.Sos., M.Si., selaku dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, memberikan perhatian, bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah

selalu melimpahkan kasih sayang dan memudahkan urusan Bapak.
Aamiin.

5. Ibu Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A., selaku Dosen Penguji 1 yang telah memberi masukan terbaik untuk penelitian ini.
6. Bapak Muslim Hidayat, M.A., selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan arahan dan masukan agar penelitian ini menjadi lebih baik.
7. Ibu Dr. Erika Kusumaputri, S. Psi., M. Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah mendampingi dan memberikan nasehat selama menempuh pendidikan Psikologi di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
8. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat.
9. Seluruh informan yang telah bersedia dan meluangkan waktunya untuk wawancara penelitian dengan penulis, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
10. Kedua orang tua dan kakakku, Terima kasih atas segala yang diberikan hingga detik ini. Mulai dari doa, nasihat hingga berbagai penyemangat yang telah diberikan. Semoga di setiap waktu berikutnya, penulis bisa membahagiakanmu.
11. Teman-teman, Tewa, Johan, Febri, Azizah, Cepe, Febri, dkk yang selalu mendukung, mengingatkan, dan memotivasi untuk selalu melangkah kedepan.

12. Seluruh mahasiswa psikologi angkatan 2018 terkhusus teman kelas C yang telah berbagi suka duka selama perkuliahan berlangsung dan sama-sama berjuang untuk menyelesaikan skripsi.
13. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini atas doa, dukungan, bantuan dan semangat yang diberikan kepada penulis.

Yogyakarta, 18 Mei 2021

Penulis



Luqman Amirul Mukmin



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Literatur Review	7
B. Kebahagiaan	17
1. Definisi Kebahagiaan	17
2. Aspek-Aspek Kebahagiaan	19
3. Faktor-Faktor Kebahagiaan	20
C. Guru Taman Kanak-kanak Berusia lanjut	25
D. Kerangka Berpikir	27
E. Pertanyaan Penelitian	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	29
B. Fokus Penelitian	30

C. Sumber Data.....	30
D. Subjek Penelitian.....	31
E. Metode Pengumpulan Data.....	31
F. Teknik Analisis dan Interpretasi Data.....	33
G. Keabsahan Data Penelitian.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
A. Orientasi Kacah dan Persiapan.....	35
1. Orientasi Kacah.....	35
2. Persiapan Penelitian.....	36
B. Pelaksanaan Penelitian.....	37
C. Hasil Penelitian.....	39
1. Informan 1.....	39
2. Informan 2.....	47
3. Informan 3.....	54
D. Pembahasan.....	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	75
CURRICULUM VITAE.....	176



 SUNAN KALIJAGA

 YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data diri Informan.....	36
----------------------------------	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Berpikir.....	28
Bagan 2. Dinamika Kebahagiaan Informan 1	46
Bagan 3. Dinamika Kebahagiaan Informan 2	53
Bagan 4. Dinamika Kebahagiaan Informan 3	60
Bagan 5. Kebahagiaan Guru Taman Kanak-kanak berusia lanjut	65



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Panduan Wawancara Prelim	75
Lampiran 2. Panduan Wawancara.....	75
Lampiran 3. Verbatim Prelim	77
Lampiran 4. Verbatim Informan 1	79
Lampiran 5. Open Coding Informan 1	88
Lampiran 6. Kategorisasi Data Informan 1	104
Lampiran 7. Axial Coding Informan 1	109
Lampiran 8. Verbatim Informan 2	113
Lampiran 9. Open Coding Informan 2	120
Lampiran 10. Kategorisasi Data Informan 2	132
Lampiran 11. Axial Coding.....	136
Lampiran 12. Verbatim Informan 3	139
Lampiran 13. Open Coding Informan 3	146
Lampiran 14. Kategorisasi Data Informan 3	164
Lampiran 15. Axial Coding Informan 3	168
Lampiran 16. Surat Permohonan Izin Penelitian	170
Lampiran 17. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	171
Lampiran 18. Lembar Pernyataan Kesediaan - Informan 1	172
Lampiran 19. Lembar Pernyataan Kesediaan - Informan 2	173
Lampiran 20. Lembar Pernyataan Kesediaan - Informan 3	174
Lampiran 23. Dokumentasi	175
Lampiran 22. Dokumentasi	175
Lampiran 21. Dokumentasi	175

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia bekerja dengan bermacam tujuan, mulai dari mencari nafkah, memenuhi kebutuhan dasar meliputi *sandang, pangan, papan* serta tujuan lain yakni untuk mengaktualisasikan dirinya dan menjadi bermanfaat bagi sesama (Munandar, dalam Balkis & Masykur, 2016). Guru menjadi salah satu pekerjaan yang berperan dalam memberi manfaat bagi kepentingan sesama masyarakat dan bangsa. Guru merupakan profesi yang berkaitan erat dengan pelibatan emosional. Terlebih bagi seorang guru taman kanak-kanak (TK) yang memikul tanggung jawab besar, seorang guru dihadapkan pada anak didik dengan karakteristik khas, membutuhkan kesungguhan dan kesabaran bekerja bersama anak usia dini (Balkis & Masykur, 2016). Guru TK harus mengenalkan cara membaca, menulis, dan menghitung serta keterampilan-keterampilan yang lainnya sebagai persiapan anak untuk belajar masuk sekolah dasar (Rifai & Fahmi, 2017).

Pada peradaban bangsa dimanapun, termasuk di Indonesia profesi guru membawa peran besar dalam proses pendidikan termasuk dalam menciptakan pembelajaran yang menggairahkan dan menyenangkan (Zulfiati, 2014). Seorang yang bekerja dan senang terhadap pekerjaannya akan memperlihatkan berbagai macam perilaku yang mencerminkan kesenangannya (Munandar, 2008). Pradiansyah (dalam Aziz, 2011) mengungkap guru yang bahagia mudah menyesuaikan cara berpikir anak didiknya sehingga ilmu yang diajarkan akan lebih mudah diserap secara utuh oleh peserta didik. Hal ini dikarenakan

kebahagiaan membuatnya mampu menyesuaikan identitas dan integritas yang dimiliki.

Kebahagiaan didefinisikan Seligman sebagai sisi kepuasan penuh terhadap hidup atau pencapaian terhadap kenikmatan yang tinggi (Jusmiati, 2017). Sebagaimana dalam KBBI (2021) kebahagiaan adalah kesenangan atau ketentraman hidup secara lahir batin. Kebahagiaan merupakan sumber motivasi yang mendasar bagi manusia, hal ini tidak terlepas dari konsep bahwa manusia memiliki hak dasar untuk bahagia. Seligman (dalam Jusmiati, 2017) menyatakan setiap pergerakan dan upaya manusia dalam dunia ini selalu mengarah pada pencapaian kebahagiaan. Selain itu, kebahagiaan juga memberi dampak positif bagi kesehatan (Permana, 2020). Kesehatan serta kebahagiaan dalam hidup merupakan dambaan setiap insan manusia tidak terkecuali bagi individu yang memasuki usia senja (Pusvitasari & Jayanti, 2020).

Azizah (dalam Naftali dkk., 2017) berpendapat bahwa usia tua dianggap masa kemunduran yakni masa dimana para lanjut usia (*lansia*) mengalami penurunan pada fisik maupun psikologisnya. Hal yang senada juga diungkapkan Achir (dalam Pali, 2016) penambahan usia menyebabkan fungsi fisiologis melemah sehingga daya tahan tubuh seseorang menurun. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Winarni & Lismadiana (2020) menyimpulkan bahwa usia tua berpengaruh terhadap penurunan kemampuannya sebagai seorang guru.

Warsono (2017) dalam penelitiannya menunjukkan guru dengan usia lanjut kesulitan dalam mencapai kebahagiaan sehingga tidak dapat menjalankan pelayanannya sebagai seorang guru. Warsono (2017) juga menyatakan bahwa

keputusan menjadi guru bukanlah perkara yang mudah, terlebih dengan menurunnya kondisi tubuh akibat proses degeneratif (penuaan). Situasi dengan banyaknya tuntutan dan menumpuknya pengalaman-pengalaman yang kurang menyenangkan akan menjadi beban tambahan bagi seorang guru (Qona'ah, 2020). Beban tugas yang berat, kejenuhan, dan merasa bosan akan dihadapi oleh guru yang tidak memaknai dengan baik pekerjaannya (Puspitarani & Masykur, 2018). Masih dalam penelitian sebelumnya, Sujipto (dalam Qona'ah, 2020) berpendapat perasaan kecewa, bosan, apatis, tertekan dengan beban pekerjaan yang dialami guru secara terus menerus akan menyebabkan kelelahan emosional yang dampaknya seorang guru tidak bisa memberikan pelayanan secara psikologis.

Meskipun terdapat berbagai permasalahan seperti yang dijelaskan di atas, namun masih bisa kita jumpai beberapa guru taman kanak-kanak yang memasuki masa penuaan dan tetap aktif mengajar serta membagikan kebahagiaan kepada peserta didiknya. Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada Informan S, seorang guru taman kanak-kanak berusia 58 tahun, mengungkapkan sebagai berikut :

“Selama 58 tahun ini tidak ada rasa capek ya ndak, ya senang-senang aja bersama anak-anak karena dunia anak itu menyenangkan nggak ada rasa lelah...dengan bermain,anak-anak itu diajak bermain, anak-anak akan merasa senang guru pun akan merasa senang karena walaupun usianya sudah 58 tahun harus menyampingkan apa ya ego-nya, jadi misalkan di rumah sudah suntuk tapi harus di sekolah harus selalu senyum karena yang dihadapi adalah anak-anak, anak-anak kecil, anak-anak yang belum tahu tentang apa-apa jadi kita harus dengan senyum harus selalu dengan senyum jadi secara bermainnya yaitu dengan bersama-sama belajar juga dengan bermain dengan bernyanyi anak-anak akan merasa senang”
(S/Preliminary Research/21 Februari 2022).

Kebahagiaan informan nampak dari pernyataannya yang menunjukkan dirinya memiliki ketahanan diri dengan menahan ego-egonya. Informan juga memaknai bahwa sebagai seorang guru TK, anak didiknya perlu dihadapi dengan kesenangan tanpa melibatkan emosional. Selain itu aspek kebahagiaan yang nampak dari informan adalah daya resiliensi dimana informan bisa mengekspresikan rasa bahagia melalui senyuman meskipun sempat merasa suntuk. Informan merupakan seorang guru dengan usia yang akan memasuki masa lanjut usia dan tetap merasa senang menjadi guru dan bersama anak-anak di taman kanak-kanak.

Data SUPAS 2015 menunjukkan kegiatan utama lansia sebulan yang lalu sebagian besar mengurus rumah tangga 40,7%, bekerja 34,0% dan lainnya 25,2% (Infodatin, 2016). Simpulan dari penelitian Sulandari dkk., (2009) mendapati bahwa sebagai alasan guru masih beraktivitas bekerja meskipun menginjak usia lansia, adalah karena mereka menganggap bahwa dengan bekerja mereka dapat membagikan pengalaman, bermanfaat bagi orang lain, serta agar membuat dirinya sehat secara fisik maupun psikis. Sementara itu, studi yang dilakukan oleh Cott (dalam Pali, 2016) menemukan bahwa lansia merasa bahagia berada di institusi dengan adanya berbagai aktivitas kelompok. Aktivitas yang penuh gairah, berharga, tanpa beban dan kejenuhan akan bisa dicapai guru jika guru mampu menghayati pekerjaannya secara penuh makna (Puspitarani & Masykur, 2018).

Aziz (2011) menyampaikan pentingnya penelitian tentang kebahagiaan pada guru, mengingat guru merupakan profesi yang sangat strategis dalam upaya memajukan kehidupan suatu bangsa. Perlunya perhatian terhadap permasalahan terkait aspek medis, ekonomi, sosial, dan psikologis pada pra lanjut usia (usia 45-

59 tahun) juga dinyatakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Infodatin, 2016). Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih dalam kebahagiaan pada guru taman kanak-kanak yang telah berusia lanjut.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang ada pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran kebahagiaan guru taman kanak-kanak berusia lanjut?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang diajukan dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan kebahagiaan pada guru taman kanak-kanak berusia lanjut dalam perspektif seligman.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian yang membahas mengenai kebahagiaan pada guru berusia lanjut ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih terhadap perkembangan keilmuan psikologi pada umumnya. Peneliti juga berharap penelitian ini mampu menambah khazanah keilmuan di ranah psikologi sosial, psikologi perkembangan, psikologi positif, psikologi pendidikan dan keilmuan yang membahas mengenai perilaku manusia lanjut usia khususnya guru taman kanak-kanak.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penulis berharap hasil penelitian ini akan membuka wacana pembaca mengenai kebahagiaan yang terdapat pada guru TK berusia lanjut. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan akan bermanfaat bagi pendidik anak usia dini. Penelitian ini ditujukan untuk menguraikan gambaran kebahagiaan guru TK berusia lanjut. Sehingga nantinya diharapkan para guru TK bisa menemukan kebahagiaan dan mampu menjalankan tugasnya dengan baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan berjudul “Studi Kualitatif Deskriptif Kebahagiaan pada Guru Taman Kanak-kanak Berusia Lanjut (Perspektif Seligman)” diperoleh beberapa kesimpulan. Kesimpulan dari penelitian ini akan dipaparkan sebagai berikut.

Bekerja menjadi seorang guru taman kanak-kanak adalah pilihan yang diambil para informan atas pertimbangan-pertimbangan yang sebelumnya telah mereka lakukan. Latar belakang untuk mengambil pilihan menjadi seorang guru adalah berkat dari dukungan dan restu orang tua masing-masing informan. Temuan dalam penelitian ini mendapati bahwa Informan S, JY, dan PY dapat menjalin hubungan positif atau diterima oleh keluarga, wali murid, teman sejawat, dan lingkungan masyarakat.

Ketiga informan mampu mengambil keputusan dalam keluarga maupun di lingkup kerja sekalipun tanpa pertimbangan dari orang lain. Meski lokasi tempat kerja berada cukup jauh dari domisili ketiga informan, namun mereka tetap menikmati, mensyukuri, dan memaknai pekerjaan yang dijalani. Menurut informan sikap yang perlu dimunculkan saat berada di lingkungan sekolah adalah saling mengisi, saling menghormati, dan saling toleransi. Kebahagiaan adalah ketika terpenuhinya kebutuhan jasmani maupun rohani serta saat bisa mengendalikan kestabilan emosi.

Selain itu penulis juga menyimpulkan bahwa dari seluruh informan, faktor kebahagiaan guru pada taman kanak-kanak berusia lanjut terbagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal sebagai berikut :

1. Faktor Internal

a. Meminta maaf dan memaafkan kesalahan orang lain

Memahami diri sebagai makhluk sosial yang saling membutuhkan, jadi lebih baik meminta maaf dan dengan memaafkan kesalahan orang lain mampu membuat hati tentram dan damai.

b. Ikhlas dan Bersyukur

Perasaan ikhlas dan syukur dengan apa yang diperoleh serta bisa menikmatinya membuat diri menjadi lebih tenang. Namun juga demikian apabila seseorang tidak bisa merasa ikhlas dan tidak bersyukur maka orang itu akan merasa tidak tenang sehingga susah mencapai kebahagiaan.

c. Mampu mengendalikan emosi

Mengendalikan diri dan mengatur emosi negatif meskipun dalam keadaan yang kurang menyenangkan.

2. Faktor Eksternal

a. Agama

Mendekatkan diri kepada Tuhan dengan cara beribadah, peningkatan intensitas beribadah dan bersedekah, melakukan kegiatan keagamaan.

b. Berinteraksi atau bersilaturahmi dengan orang lain

Berinteraksi dengan teman-teman, keluarga, teman sejawat maupun dengan masyarakat sekitar.

c. Usia

Usia memang memberi pengaruh terhadap beberapa perubahan fisik dan motorik para informan, penurunan kemampuan fisik dan motorik membuat mereka berusaha menjaga kesehatannya dengan berolahraga dan mengatur pola makan.

d. Berolahraga/ melakukan aktivitas fisik

Berolahraga atau melakukan aktifitas fisik seperti jalan kaki bersepeda, atau bulutangkis.

e. Uang/Materi

Uang tidak seharusnya membuat diri seseorang terlalu berorientasi terhadap materi. Shodaqoh berupa uang juga bisa membuat bahagia.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan di dalam penelitian ini, yang masih jauh dari kata sempurna, Maka dari itu, penulis ingin menyampaikan beberapa masukan dan saran, sebagai berikut :

1. Kepada informan.

Meskipun dalam usia yang tidak lagi muda dan harus selalu membagikan kebahagiaan pada peserta didik setiap saat namun keseluruhan informan tetap mampu menjalankan tugasnya dan mampu menjaga kebahagiaannya. Diharapkan kedepannya seluruh informan bisa menjaga kesehatan fisik maupun psikis serta bisa menjaga dan meningkatkan kebahagiaannya.

2. Kepada Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan mampu mengeksplorasi lebih jauh dalam menggali informasi dengan melakukan wawancara yang lebih banyak ataupun dapat dengan mengaitkan tema-tema lain. Sehingga diharapkan juga penelitian kali ini dapat menjadi pemantik bagi penulis selanjutnya agar kajian dan penelitian terkait kebahagiaan guru taman kanak-kanak berusia lanjut tidak hanya terhenti sampai di sini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, T. W., Choiriyah, I. U., Sukmana, H., & Karuniawan, M. H. (2018). Factors Affecting of Lifes Happiness. *Proceedings ofthe Annual Conference on Social Sciences and Humanities*, Malang: Desember 2018. Hal. 41-45. <https://doi.org/10.5220/0007414800410045>
- Aritonang, B. (2008). *Upaya Meningkatkan Penerimaan Masa Tua Bagi Para Suster FCJM Lanjut Usia di Indonesia melalui Katekese*. (Skripsi). Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Aziz, R. (2011). Pengalaman Spiritual dan Kebahagiaan pada Guru Agama Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 6(2), 1–11. <https://doi.org/10.30659/p.6.2.1-11>
- Aziz, R., Mangestuti, R., & Wahyuni, E. N. (2020). What Makes the Teacher Happy. *Proceedings ofthe 1st International Conference on Recent Innovations*, Padang: 2018. Hal. 1458-1463. <https://doi.org/10.5220/0009929614581463>
- 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. <https://doi.org/10.12962/j23373520.v7i2.37022>
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology The Science of Happiness and Human Strengths*. USA and Canada : Brunner-Rotledge.
- Cha, M. (2021). Factors Influencing Happiness of Elderly People with Cognitive Impairment in Korea. *Natural Volatiles and Essential Oils*, 8(4), 5083–5096.
- Creswell & Creswell, J. D., J. W. (2017). *Research design Research design. In Research in Social Science: Interdisciplinary Perspectives (Fifth)*. Los Angeles : SAGE Publications, Inc.
- Creswell, J., & Poth, C. (2018). *Qualitative Inquiry Research Design : Choosing*

Among Five Approaches. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Fourth). Washington : SAGE Publications, Inc.

Cumming, T., Wong, S., & Logan, H. (2021). Early Childhood Educators' Well-Being, Work Environments and 'Quality': Possibilities for Changing Policy and Practice. *Australasian Journal of Early Childhood*, 46(1), 50–65. <https://doi.org/10.1177/1836939120979064>

De Stasio, S., Benevene, P., Pepe, A., Buonomo, I., Ragni, B., & Berenguer, C. (2020). The Interplay of Compassion, Subjective Happiness and Proactive Strategies on Kindergarten Teachers' Work Engagement and Perceived Working Environment Fit. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134869>

Fatma, S. H. (2015). *Perbedaan Kebahagiaan Pasangan Pernikahan dengan persiapan dan tanpa persiapan pada Komunitas Young Mommy Tuban*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Hasanah, H. (2017). Teknik-teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial). *At-Taqaddum*, 8(1), 21–46. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>

Infodatin. (2016). *Situasi Lanjut Usia di Indonesia*. Bogor : Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

Jusmiati. (2017). Konsep Kebahagiaan Martin Seligman: Sebuah Penelitian Awal. *Rausyan Fikr*, 17(2), 359–374. <https://doi.org/10.24239/rsy.v13i2.270>

Karni, A. (2018). Subjective Well-Being pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Syi'ar*, 18(2), 84–102. <https://doi.org/10.29300/syr.v18i2.1683>

KBBI. (2021). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/Beranda>

Kemenkes RI. (2020). *Panduan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia Pada Era*

Pandemi Covid-19. In *Kementrian Kesehatan RI* (Nomor April). <https://doi.org/Jakarta:Kementerian Kesehatan RI>

Marliani, N. K. (2021). *Gambaran tingkat Kemandirian pada Lansia di Banjar Telaga Desa Sibetan Kecamatan Bebandem Kabupaten Karangasem*. (Tugas Akhir). Politeknik Kesehatan Denpasar.

Maulia, D., Rakhmawati, E., & Suharno, A. (2018). Makna Kesejahteraan pada Guru Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 176–189. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1502>

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana. (2014). *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook*. In Sugiyono (Ed.), *Third Edition*. California: Sage Publications.

Naftali, A. R., Ranimpi, Y. Y., & Anwar, M. A. (2017). Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam menghadapi Kematian. *Buletin Psikologi*, 25(2), 124–135. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.28992>

Pali, C. (2016). Gambaran Kebahagiaan pada Lansia yang memilih tinggal di Panti Werdha. *Jurnal e-Biomedik*, 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.35790/ebm.4.1.2016.11491>

Permana, B. G. (2020). *Cara Mencapai Kebahagiaan Sejati dan Dampaknya Bagi Kesehatan*. SehatQ.com. <https://www.sehatq.com/artikel/cara-mencapai-kebahagiaan-sejati-dan-dampaknya-bagi-kesehatan>

Prawitasari, J. E. (2016). Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia. *Buletin Psikologi*, 2(1), 27–34. <https://doi.org/10.22146/bps.13240>

Puspitarani, P., & Masykur, A. M. (2018). Makna Menjadi Guru Taman Kanak-Kanak (Sebuah Studi Kualitatif Fenomenologis). *Jurnal Empati*, 7(1), 308–314.

Pusvitasari, P., & Jayanti, A. M. (2020). Pemaafan dan Kebahagiaan pada Lansia. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1), 73–83. <https://doi.org/10.17509/insight.v4i1.24598>

- Qona'ah, W. M. (2020). Analisis Kebahagiaan Guru di SD Muhammadiyah Kota Yogyakarta (Tinjauan dari aspek Dukungan Sosial dan Spiritualitas). *G-Couns : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 201–211. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i2.805>
- Rahman, P. A. (2012). *Hubungan Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Lansia Muslim*. (Skripsi). Universitas Sumatera Utara.
- Rifai, M., & Fahmi. (2017). Pengelolaan Kesiapan Belajar Anak Masuk Sekolah Dasar. *Tarbawi*, 3(01), 129–143. <https://doi.org/10.32678/tarbawi.v3i01.1784>
- Seligman, M. (2005). *Authentic Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment* (E. Y. Nukman (ed.); Penerjemah). Bandung: Mizan Pustaka.
- Seligman, M. (2013). *Beyond Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Sempurna Dengan Psikologi Positif* (R. Atmoko (ed.); Penerjemah). Bandung : Kaifa.
- Shah, S. A., Safian, N., Ahmad, S., Abdul, W., Wan, H., Mohammad, Z., Nurumal, S. R., Mansor, J., & Addnan, M. F. (2021). Factors Associated with Happiness among Malaysian Elderly. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3831), 2–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph18073831>
- Sholihah, W. M. (2014). *Makna Kebahagiaan Sejati (Authentic Happiness) calon Tenaga Kerja Wanita yang akan bekerja di Luar Negeri*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.
- Sulandari, S., Martyastanti, D., & Mutaqwarohmah, R. (2009). Bentuk-bentuk Produktivitas Orang Lanjut Usia (LANSIA). *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 11(1), 58–68. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v11i1.1624>

- Supratiknya, A. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif dalam Psikologi*. Yogyakarta : USD.
- Syamsiwarti. (2015). Manajemen Perencanaan Pembelajaran Guru PAI dalam Meningkatkan Kualitas Hasil Belajar Siswa di SD Kota Solok. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 3(2), 157–166. <https://doi.org/10.31958/jaf.v3i2.399>
- Tridarmanto, Y. K. (2017). *Konsep dan Kebutuhan Berpacaran Remaja Awal di Yogyakarta*. (Skripsi). Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Varissha, R. I. (2019). *Gambaran Kebahagiaan pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di Yayasan Cahaya Bintang Kecil*. (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Aceh.
- Warsono. (2017). Guru: Antara Pendidik, Profesi, dan Aktor Sosial. *The Journal of Society & Media*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.26740/jsm.v1n1.p1-10>
- Winarni, S., & Lismadiana. (2020). Kompetensi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ditinjau dari Usia dan Jenis Sekolah. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 101–114. <https://doi.org/10.21831/jppi.v16i1.29639>
- Yang, C. C., Fan, C. W., Chen, K. M., Hsu, S. C., & Chien, C. L. (2018). As a Happy Kindergarten Teacher: The Mediating Effect of Happiness Between Role Stress and Turnover Intention. *Asia-Pacific Education Researcher*, 27(6), 431–440. <https://doi.org/10.1007/s40299-018-0403-4>
- Yuliani, W. (2018). Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling. *Quanta*, 2(2), 8391. <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>
- Zulfiati, H. M. (2014). Peran dan Fungsi Guru Sekolah Dasar dalam memajukan dunia Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Ke-SD-an*, 1(14), 1–4. <https://doi.org/10.30738/trihayu.v1i1.63>