

**PENCAPAIAN KEBAHAGIAAN HIDUP MENURUT GURU
SDN KERTIREJO PERSPEKTIF *KA WRUH JIWA* KI AGENG
SURYOMENTARAM**



Oleh :

**Atik Ma'rifatun Afifah
NIM: 18200010237**

TESIS

**Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan
Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Magister of Arts (M.A.)**

Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

Yogyakarta

2023

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Atik Ma'rifatun Afifah
NIM : 18200010237
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/ karya saya sendiri kecuali pada bagian yang dirujuk sumber-sumbernya. Jika kemudian hari terbukti bahwa naskah ini bukan karya saya sendiri, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukuman yang berlaku.

Yogyakarta, 02 Januari 2023

Saya yang menyatakan,



Atik Ma'rifatun Afifah
NIM 18200010237

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Atik Ma'rifatun Afifah
NIM : 18200010237
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar- benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi maka saya siap ditindak berdasarkan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 02 Januari 2023

Saya yang menyatakan,



Atik Ma'rifatun Afifah
NIM 18200010237

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul : **PENCAPAIAN KEBAHAGIAAN HIDUP MENURUT GURU SDN KERTIREJO PERSPEKTIF *KAWRUH JIWA* KI AGENG SURYOMENTARAM**

Yang ditulis oleh :

Nama : Atik Ma'rifatun Afifah
NIM : 18200010237
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdiclipinary Islamic Studies
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Arts (M.A).

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 02 Januari 2023

Saya yang menyatakan,


Dr. H. Fahrudin Faiz, S. Ag., M.Ag.

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar-belakangi dari ketertarikan penulis terhadap kebahagiaan yang menjadi *goals* bagi kebanyakan orang. Teori kebahagiaan yang dilihat dari prespektif Ki Ageng Suryomentaram. Beliau termasuk pangeran Yogyakarta yang tidak mau menyandang gelar pangerannya. Lebih memilih hidup berkelana dan sederhana. Hingga mencipta sebuah karya kitab *Kawruh Jiwa*, dijadikan rujukan kebanyakan orang untuk meraih kebahagiaan. Beliau disebut bapak psikologi jawa, psikologi humanistik, dan psikologi nusantara. Kebahagiaan universal yang dapat dirasa oleh kebanyakan orang tanpa melihat strata sosial. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan ingin mengetahui pencapaian kebahagiaan guru SDN Kertirejo Yogyakarta ketika menjalankan tugas sebagai pendidik, baik di sekolah dan di lingkungan rumah. Dengan berbagai macam permasalahan yang ditemui di kehidupannya, seperti KBM yang dilaksanakan secara online dan tatap muka secara bertahap pada masa *pandemic covid-19* yang tentunya mengalami penyesuaian yang berubah-ubah. Dinamika pencapaian Kebahagiaan, indikator pencapaian Kebahagiaan serta faktor yang mengkonstruksi kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo. Penelitian ini termasuk dalam metode kualitatif-dekriptif, dengan pendekatan psikologi *indigenous*. Teknik pengumpulan data melibatkan adanya kunjungan peninjauan, observasi, wawancara dan dokumentasi. Kemudian analisis data menggunakan tiga rangkaian yaitu reduksi data, penyajian data dan verifikasi-kesimpulan. Penelitian ini juga melibatkan 3 (tiga) informan yang menjadi pendidik di SDN Kertirejo Yogyakarta.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: *pertama*, pandangan kebahagiaan guru SDN Kertirejo berorientasi dari kehidupan yang dijalani di lingkungan sekolah dan rumah. *Kedua*, indikator pencapaian Kebahagiaan meliputi: *tatag, sesrawung* dan *jiwa pamomong*. *Ketiga*, dinamika Kebahagiaan melibatkan proses *bungah-susah, mulur mungkret, raos sami, raos langgeng dan nyawang karep*. *Keempat*, faktor yang mengkonstruksi kebahagiaan guru SDN Kertirejo yaitu dengan melakukan 3 (tiga) olah gerak (olah raga, olah pikir dan olah rasa) yang berkaitan dengan *semat, drajat* dan *kramat*. Serta menghasilkan olah gerak yang mempunyai relasi antara sosial dan ranah spiritual.

Kata kunci: Kebahagiaan, guru SDN, KAS: *Kawruh Jiwa*

HALAMAN MOTTO

MOTTO

*Salumahing Bumi , Sakurebing Langit , Punika Boten Wonten
Barang Ingkang Pantès Dipun Aya-Aya Dipun Padosi, Utawi
Dipun Ceri-Ceri Dipun Tampik*

- Ki Ageng Suryomentaram -

*Jangan berduka , apapun yang hilang darimu akan kembali dalam
wujud yang lain*

- Maulana Jalaluddin Rumi -

*Aku mencintai permasalahanku, karena kutahu yang memberi
permasalahan juga mencintaiku*

- Maulana Jalaluddin Rumi -

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-142/Un.02/DPPs/PP.00.9/01/2023

Tugas Akhir dengan judul : **PENCAPAIAN KEBAHAGIAAN HIDUP MENURUT GURU SDN KERTIREJO
PERSPEKTIF KAWRUH JIWA KI AGENG SURYOMENTARAM**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : **ATIK MA'RIFATUN AFIFAH, S. Pd.**
Nomor Induk Mahasiswa : **18200010237**
Telah diujikan pada : **Jumat, 13 Januari 2023**
Nilai ujian Tugas Akhir : **A-**

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Ahmad Fauzi, M.S.I
SIGNED

Valid ID: 63d7451459b6c



Penguji II

Dr. H. Fahrudin Faiz, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 63d75207e886c



Penguji III

Dr. Moh Soehadha, S.Sos.M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 63d84aa0777c8



Yogyakarta, 13 Januari 2023
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 63d88102dc31f

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, tempat memohon ampun dan kembali hanya kepada-Nya. Sehingga karya tesis ini dapat terselesaikan dan penulis persembahkan tesis ini teruntuk:

Kedua orang tua tercinta bapak Lasono dan ibunda Siti Aminah yang telah memberikan motivasi, nasihat, doa restu, baik moral dan moril. Semoga menjadi amal yang tiada putus-putusnya.

Kedua saudaraku, mas Muhammad Mishbahul Munir dan adik Azkiya Nur Fadhilah serta kakak iparku Sari Maya Dewi, terima kasih telah memberi warna, cerita, doa, serta semangat asyik untuk menyelesaikan karya ini.

Keluarga besar Kismo Giyono dan Muhammad Badri sekalian.

Orang-orang terdahulu yang selalu berikhtiar dan bermunajat, orang-orang terkasih yang berdoa tanpa pamrih, orang-orang masa depan yang mungkin menikmati kopi berbincang bahagia.

Almamater tercinta Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk berproses dalam menimba ilmu, semoga bermanfaat. *Aamiin*

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah atas segala karunianya sehingga penulisan tesis dengan judul “**Pencapaian Kebahagiaan Hidup Menurut Guru SDN Kertirejo Perspektif *Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram***” dapat terselesaikan. Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing manusia ke arah jalan kebenaran dan kebaikan, membimbing akhlaq dan menjadi uswah terbaik sepanjang zaman.

Dalam proses penyelesaian penelitian ini, Peneliti menyadari tidak akan berhasil dengan baik tanpa adanya bimbingan, dukungan, doa serta sumbangan pemikiran dari berbagai pihak. Maka dari itu peneliti menyampaikan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag selaku Direktur Pascasarjana serta staff yang telah memrikan fasilitas dan layanan yang telah diberikan hingga peneliti selesai melaksanakan studi..
3. Ibu Dr. Nina Mariani Noor, S.S., M.A selaku Ketua Prodi Interdisciplinary Islamic Studies Program Magister (S2) Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang selalu memberikan pendampingan serta nasehat akademik dengan sabar.

4. Bapak Dr. H. Fahrudin Faiz, S.Ag., M.Ag. selaku pembimbing tesis yang selalu sigap memberikan berbagai sumber literature, arahan penelitian, koreksi penulisan serta motivasi demi terselesaikannya penyusunan tesis ini.
5. Tim penguji tesis yaitu Dr. Ahmad Fauzi, M. S. I, selaku ketua penguji, Dr. H. Fahrudin Faiz S.Ag., M.Ag. selaku pembimbing tesis dan Dr. Moh Soehadha, S.Sos. M.Hum selaku penguji. Terima kasih sudah menguji dan membimbing saya dengan sabar. Semoga menjadi amal yang berkah bagi tim penguji tesis sekalian. *Aamiin*
6. Seluruh dosen pascasarjana yang telah bersedia mencurahkan wawasan ilmu pengetahuan penuh kegunaan secara praktis dan akademis, mengedukasi kami dengan berbagai sumber dan tak henti memberikan inspirasi dari berbagai prestasi.
7. Seluruh keluarga besar penulis, *dek Mah, dek nurul, dek Aini, dek Bayu, dek Lulu, dek kiya dll.*, yang telah membantu penulis secara lahir dan batin memberikan nasihat, doa yang tak putus-putus, motivasi dan semangat menuntut ilmu secara material dan moral, sehingga akhirnya dapat menggapai gelar Magister.
8. Kepada keluarga besar pelajar *kawruh jiwa* baik yang ada di Yogyakarta dan Kediri, Jawa Timur. Terkhusus kepada *Ki Prasetyo, Ki Sunarno*, dan *mas Rosyid* yang telah mendukung, menasihati, memotivasi, doa restu, serta memudahkan penulis mencari referensi

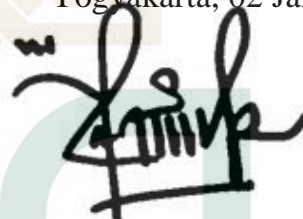
terkait buku *Kawruh Jiwa*.

9. Kepada seluruh informan guru SDN Kertirejo Yogyakarta yang telah meluangkan waktunya untuk membagikan informasi serta keterlibatannya mendukung penelitian ini. Semoga menjadi amal jariah karena telah berbagi ilmu dan informasi. *Aamiin*
10. Kepada para sahabat penulis yang berjuang bersama di Magister Psikologi Pendidikan Islam Interdisciplinary Islamic Studies yang menemani suka duka, berbagi wawasan pengetahuan dan berbagi persaudaraan dari awal masuk kuliah hingga saat ini, terkhusus buat *mbak Firda, mbak Avy, mbak Isna dan Wida*.
11. Keluarga besar SDN N Caturtunggal 6, Bu Lina selaku kepala sekolah, Bu Septi, Bu Luki, Bu Ika, Bu Anggi, Bu Afifa, Bu Eti, Pak Lukas, Pak Wari, Pak Is, dan Pak Eri. *Terima kasih sudah memotivasi dan selalu mendoakan yang terbaik bagi penulis*. Serta peserta didik yang selalu menyemangati penulis dengan aneka ragam keceriaan. *Terima kasih atas cerita –cerita lucu yang selalu menghibur dan memotivasi penulis hingga tulisan ini selesai.. Semoga menjadi generasi muda yang saleh-salehah, ilmunya manfaat barakah. Aamiin*
12. Serta seluruh bagian serta pihak manapun yang terkait dalam penyelesaian penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan namanya satu persatu, semoga jasa serta bantuan yang Anda berikan menjadi ladang amal baik dan di balas oleh Allah dengan kadar yang tidak terhingga, *Amiin*

Harapan yang begitu dalam atas terealisasinya penelitian ini, semoga menjadi amal ilmu yang bermanfaat bagi pembaca, orang tua sang pelaku asuh dan asih bagi putra putrinya serta bermanfaat untuk khasanah baru di bidang pendidikan serta pengasuhan. Penelitian ini menjadi sebuah karya tulis ilmiah yang terus menyemangati dan konsisten sebagai pemerhati serta seorang yang ahli dalam pendidikan dan sebagian dari ibadah taklim yang dapat membekali peneliti untuk meniti edukasi pendidikan berikutnya. Aamiin.

Jazakumullohu akhsanal jaza'

Yogyakarta, 02 Januari 2023



Penulis

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
ABSTRAK.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	9
C. TUJUAN DAN KEGUNAAN PENELITIAN.....	9
D. KAJIAN PUSTAKA.....	10
E. KERANGKA TEORI.....	15
F. METODOLOGI PENELITIAN.....	19
G. SISTEMATIKA PENELITIAN.....	24
BAB II PENCAPAIAN KEBAHAGIAAN PRESPEKTIF TEORI MULUR MUNGKRET.....	26
A. DEFINISI KEBAHAGIAAN.....	26
B. DINAMIKA KEBAHAGIAAN.....	29
C. INDIKATOR PENCAPAIAN KEBAHAGIAAN.....	31
D. FAKTOR YANG MENGKONSTRUKSI KEBAHAGIAAN.....	33
BAB III PANDANGAN KEBAHAGIAAN MENURUT GURU SDN KERTIREJO YOGYAKARTA.....	37
A. DESKRIPSI DATA WAWANCARA.....	37

a. Informan Yu.....	38
b. Informan Nu.....	39
c. Informan Su	40
B. PANDANGAN KEBAHAGIAAN MENURUT GURU SDN KERTIREJO YOGYAKARTA.....	41
BAB IV PENCAPAIAN KEBAHAGIAAN MENURUT GURU SDN N KERTIREJO MELALUI TEORI <i>KAWRUH JIWA</i>	49
A. DINAMIKA KEBAHAGIAAN GURU SDN.....	49
B. INDIKATOR PENCAPAIAN KEBAHAGIAAN	77
C. FAKTOR YANG MENGKONSTRUKSI PENCAPAIAN KEBAHAGIAAN 89	
D. ANALISIS TEORI	96
BAB V PENUTUP.....	103
A. KESIMPULAN.....	103
B. SARAN.....	104
DAFTAR PUSTAKA	106
DAFTAR LAMPIRAN	115
Lampiran 1 PANDUAN WAWANCARA	115
Lampiran 2 DOKUMENTASI.....	118
PROFIL PENULIS.....	120

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Subjek Penelitian.....	37
Tabel 3. 2 Jadwal Penelitian dan Significant Other.....	38
Tabel 3. 3 Pandangan Kebahagiaan Guru SDN Kertirejo.....	47
Tabel 4. 1 Pengalaman Bungah-Susah Guru SDN Kertirejo.....	52
Tabel 4. 2 Mulur –Mungkret Informan Yu.....	58
Tabel 4. 3 Mulur -Mungkret informan Nu.....	61
Tabel 4. 4 Mulur-Mungkret Informan Nu.....	63
Tabel 4. 5 Mulur-Mungkret Informan Su ketika di sekolah.....	67
Tabel 4. 7 Indikator Pencapaian Kebahagiaan menurut Guru SDN Kertirejo.....	86
Tabel 4. 8 Gerak yang Mengkonstruksi Kebahagiaan Guru SDN Kertirejo	93
Tabel 4. 9 Gerak yang Mengkonstruksi Kebahagiaan Guru SDN Kertirejo	94



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Dimensi Ukuran I - IV.....	35
Gambar 4. 1 Informan Yu mendongeng ketika KBM.....	59
Gambar 4. 2 Informan Nu ketika memberikan pengarahan kepada peserta didik.....	62
Gambar 4. 3 Informan Su ketika berkeliling di kelas	64



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

“Kebahagiaan adalah pencapaian tertinggi manusia setelah bertransformasi dan melewati beberapa tahapan” begitulah ungkapan Ki Ageng Suryomentaram.¹ Beliau termasuk tokoh filsuf Jawa, yang ajarannya mengacu pada kearifan para leluhur terdahulu.² Kebahagiaan juga menjadi tolak ukur kualitas hidup manusia yang mencakup dimensi fisik, sosial, emosional dan psikologis.³ Hal ini menjelaskan betapa pentingnya kebahagiaan bagi seseorang.

Kebahagiaan seseorang menurut pandangan Ki Ageng Suryomentaram dapat dilihat melalui *mulur-mungkret*. *Mulur* yaitu timbulnya rasa senang atas keinginan yang sudah tercapai dan ingin mencapai keinginan yang lainnya.⁴ Sementara *mungkret* yaitu timbulnya rasa susah atas keinginan yang belum atau tidak tercapai, sehingga menurunkan level atau tingkatan keinginan yang lainnya.⁵ Sementara pada perspektif barat, seperti Martin Seligman menyebut kebahagiaan dengan muatan emosi dan aktivitas positif.⁶

¹ Sri Wintala Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram* (Yogyakarta: Araska, 2020), 252.

² *Ibid.*, 43.

³ Ali Daud Hasibuan, “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebahagiaan Belajar Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19,” *AL-IRSYAD* 10, no. 1 (July 1, 2020): 79–85.

⁴ Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*, 148.

⁵ Sapta Widi Wusana et al., *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram, Riwayat, Dan Jalan Menuju Bahagia* (Yogyakarta: Dinas Kebudayaan DIY, 2015), 157.

⁶ Wahyu Jati Anggoro and Wahyu Widhiarso, “Konstruksi Dan Identifikasi Properti Psikometris Instrumen Pengukuran Kebahagiaan Berbasis Pendekatan Indigenous Psychology: Studi Multitrait-Multimethod,” *Jurnal Psikologi* 37, no. 2 (November 5, 2015): 176–188.

Kemudian Csikszentmihaly menambahkan bahwa kebahagiaan dan kualitas hidup manusia tergantung pada kemampuan diri mengendalikan kesadaran.⁷ Terdapat poin penting pada psikologi positif terkait kebahagiaan pada manusia yaitu memandang manusia yang mempunyai sudut pandang positif yang tak hanya sisi psikologisnya, namun pada aspek positifnya seperti *well being, fully functioning, dan kesehatan mental*.⁸

Penelitian kebahagiaan pada tatanan sosial merambah pada masyarakat seperti contoh kebahagiaan yang terdapat pada masyarakat multikultural,⁹ masyarakat pesisir Yogyakarta,¹⁰ kepribadian sehat kebudayaan jawa.¹¹ Hal lain pada masyarakat adalah kalangan guru yang termasuk bagian dalam masyarakat tersebut. Kebahagiaan sebagai parameter hidup berkualitas seperti halnya penelitian kebahagiaan yang berkaitan dengan tempat kerja dan tuntutan pekerjaan.¹² Kebahagiaan yang berkaitan dengan *psychological wellbeing*¹³,

⁷ Agus Abdul Rahman, *Sejarah Psikologi: Dari Klasik Hingga Modern*, 2nd ed. (Depok: Rajawali Pers, 2018), 340.

⁸ Muhamad Nurdin, "Meraih Meaningful Life: Perspektif Psikologi Positif Dan Tasawuf Positif," *1st Conference on Strengthening Islamic Studies in The Digital Era (FICOSIS)* 1, no. 1 (September 16, 2021): 393.

⁹ Afthonul Afif et al., *Matahari Dari Mataram (Menyelami Spiritual Jawa Rasional Ki Ageng Suryomentaram)* (Depok: Kepik, 2012), 196–207.

¹⁰ Casmini and Fauzan Anwar Sandiah, "'Urip Iku Mung Mampir Ngombe'; Konsep Kebahagiaan Masyarakat Miskin Pesisir Yogyakarta di Era Industrialisasi," *Jurnal Psikologi* 46, no. 3 (December 4, 2019): 226–240.

¹¹ Casmini and M. Noor Rochman Hadjam, "Kecerdasan Emosi Dan Kepribadian Sehat Dalam Konteks Budaya Jawa Di Yogyakarta" (Universitas Gadjah Mada, 2011).

¹² Dwi Kencana Wulan and Maharany Putri, "Job Demands Dan Workplace Well-Being Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri," *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi* 5, no. 1 (April 30, 2016): 28–38.

¹³ Yunita Sumakul and Shanti Ruata, "Kesejahteraan Psikologis Dalam Masa Pandemi Covid-19," *Journal of Psychology "Humanlight"* 1, no. 1 (June 10, 2020): 1–7.

berkaitan dengan harga diri dan pendapatan¹⁴. Menjadi hal penting untuk lebih diperhatikan kembali, terlebih guru bertugas mencerdaskan anak bangsa.

Pada masa pandemi ini yang berjalan hampir dua tahun, kebijakan pemerintah pada jenjang pendidikan Sekolah Dasar mensinyalir untuk melakukan pembelajaran secara daring ataupun luring (baca: Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)). Sesuai dengan Undang-undang No. 20 tahun 2003 pasal 1 ayat 15, yang berisi tentang PJJ yaitu pendidikan yang mengacu pada peserta didik dan pendidiknya melakukan pembelajaran secara terpisah, dengan menggunakan sumber belajar berbasis teknologi, informasi dan media komunikasi lainnya.¹⁵ Contoh media komunikasi pembelajaran dapat menggunakan komputer, laptop, *handphone*.¹⁶ Serta beberapa aplikasi penunjang pembelajaran seperti *whatsapp*, *google meets*, *google classroom*, *telegram*, *zoom meeting*, dan aplikasi lainnya.¹⁷

Mayoritas guru sudah menerapkan pembelajaran daring dengan beberapa aplikasi yang menunjang pembelajaran selama pandemi. Namun, dalam pelaksanaannya tidak semua guru mengalami kelancaran. Beberapa guru mengalami kendala seperti keterbatasan pengetahuan teknologi, keterbatasan

¹⁴ Resti Nurhaida Silitonga, "Hubungan Harga Diri dan Pendapatan dengan Subjective Well Being pada Guru SMA Negeri 1 Sunggal Deli Serdang" (August 29, 2019).

¹⁵ Puji Asmaul Chusna and Ana Dwi Muji Utami, "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Peran Orang Tua Dan Guru Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Daring Anak Usia Sekolah Dasar," *Premiere: Journal of Islamic Elementary Education* 2, no. 1 (July 11, 2020): 11–30.

¹⁶ Mira Juliya and Yusuf Tri Herlambang, "Analisis Problematika Pembelajaran Daring Dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Belajar Siswa," *Genta Mulia : Jurnal Ilmiah Pendidikan* 12, no. 1 (January 13, 2021): 284.

¹⁷ Asmuni, "Problematika Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19 Dan Solusi Pemecahannya," *Jurnal Paedagogy* 7, no. 4 (October 1, 2020): 282.

pengalaman pembelajaran online,¹⁸ jaringan yang kurang bagus, tidak semua daerah mempunyai akses internet,¹⁹ keterbatasan ketrampilan orang tua dalam penggunaan *handphone (android)*,²⁰ Selain menyiapkan perangkat pembelajaran terkait aplikasi, Gage dan Berliner menyebutkan beberapa fungsi guru pada pembelajaran, antara lain guru sebagai perencana(*planner*), pelaksana dan pengelola (*organizer*), serta penilai (*evaluator*).²¹

Berdasarkan tulisan Siti Farah yang terbit pada kompasiana, menjelaskan bahwa guru mengalami kendala seperti kondisi yang sulit dalam memantau penilaian karakter pada peserta didik. Belum lagi guru mendapat keluhan dari wali murid terkait pendampingan peserta didik yang belum maksimal, karena harus bekerja. Sejalan dengan keluhan peserta didik yang ingin melaksanakan pembelajaran di sekolah.²² Penelitian Rigianti menyatakan kurangnya pengawasan guru kepada peserta didik, karena orang tua merasa sudah selesai kewajibannya jika sudah selesai mengirim tugas.²³ Dilema yang dialami guru, hal ini menunjukkan terjadinya komunikasi searah antara orang tua dan guru, sehingga guru sulit untuk menilai karakter peserta didik.

¹⁸ Ahmad Muzawir Saleh, "Problematika Kebijakan Pendidikan Di Tengah Pandemi Dan Dampaknya Terhadap Proses Pembelajaran Di Indonesia" (OSF Preprints, August 22, 2020).

¹⁹ Ika Zubaihah, "Kesulitan Guru Dalam Pembelajaran Matematika Secara Daring Di Masa Pandemi," *EDUTAMA*, no. (2021): 4.

²⁰ Anita Sri Rejeki Hutagaol, "Analisis Kesulitan Guru Matematika Kelas VII Dalam Menerapkan Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19 Di SMP Nusantara Indah :," *Jurnal Riset Pendidikan Matematika Jakarta* 3, no. 2 (August 19, 2021): 16–22.

²¹ Chusna and Utami, "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Peran Orang Tua Dan Guru Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Daring Anak Usia Sekolah Dasar," 16.

²² Siti Farah Khalidiyah, "Kendala Yang Dihadapi Guru Dalam Pembelajaran Daring - Kompasiana.Com," accessed September 10, 2021, <https://www.kompasiana.com/sitifarahkhalidiyah9274/604cf2828ede486ce1514902/kendala-yang-dihadapi-guru-dalam-pembelajaran-daring>.

²³ Henry Aditia Rigianti, "Kendala Pembelajaran Daring Guru Sekolah Dasar Di Banjarnegara," *Elementary School: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran ke-SDN-an* 7, no. 2 (July 1, 2020): 299.

Dilema yang lain adalah guru yang merindukan senyum, canda tawa peserta didiknya. Pengakuan dari guru yang menyatakan bahwa beliau lebih menyukai pembelajaran tatap muka, sehingga memungkinkan penilaian pengamatan secara langsung kepada peserta didik. Guru yang mempunyai kedekatan emosional dengan peserta didiknya.²⁴ Hal ini termasuk dilema psikis yang dialami oleh guru kepada peserta didiknya. Sehingga kebahagiaan guru dapat lebih diperhatikan. Contoh lain Seperti pengakuan salah satu guru mata pelajaran PAI,

“ ya PUSING juga kan mb ya kan ,karena pandemi terus memberikan tugasnya lewat WhatsApp itu kan jadi mengirim tugas kan rata-rata mungkin pakai foto gitu kan kirim lewat foto nah, Nanti kalau saya sendiri kan sebagai guru mata pelajaran dari kelas 1 sampai kelas 6 jadi kalau ndak segera dikoreksi itu Mbak jadi numpuk-numpuk gitu mbak. Jadi WA nya jadi penuh.”²⁵

Dari pengakuan tersebut dapat dikatakan bahwa guru mata pelajaran PAI yang mengajar dari kelas 1-6 ini merasa kualahan dengan banyak kelas yang diampunya.

Berbagai kendala atau kesulitan yang dialami guru tentunya akan membuat guru juga merasa stress. Nasution menyebutkan adanya pelatihan koping adaptif pada guru dalam rangka menurunkan tingkat stress atau tertekan karena selama masa pandemi.²⁶ Sepadan dengan Putranto menerangkan bahwa tingkat stress

²⁴ YU “Observasi selama pembelajaran di Sekolah” Maret 2022, Recorder.

²⁵ YU “Observasi selama pembelajaran di Sekolah” Maret 2022, Recorder.

²⁶ Nani Barorah Nasution, Nasrun Nasrun, And Masta Marselina S, “Pelatihan Koping Adaptif Untuk Menurunkan Dampak Psikologi Virus Covid-19 Di SDN Plus Jabal Rahmah Mulia, Jl. Balai Desa No.16-27, Sunggal, Kec. Medan Sunggal, Kota Medan,” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 26, No. 4 (November 13, 2020): 248.

guru karena adanya beban pekerjaan.²⁷ Sepertihalnya Professor Isamu dalam Yulianti menjelaskan terkait survei yang dilakukan pada saat WFH membuat meningkat dengan resiko jam kerja yang semakin lama. Tergambar pada batasan jam kerja dan kehidupan pribadi menjadi kabur.²⁸

Sementara semester genap pada awal Januari 2022, pada kurikulum pembelajaran tatap muka di era pandemi covid 19 ini, mengharuskan guru kembali pada adaptasi kurikulum baru yang mempengaruhi pada faktor kebagaiannya sebagai pendidik. Dilansir dari situs resmi kemendikbud, menteri pendidikan Indonesia bapak Nadiem Makariem menyatakan²⁹ pembelajaran dapat diselenggarakan kembali di sekolah dengan syarat 1) kawasan sekolah pada lepas dari zona ppkm level 1 dan 2, 2) jumlah peserta didik yang masuk hanya 50% dalam kelas, 3) kegiatan ekstrakurikuler dan olah raga dilakukan dalam ruangan dengan ketentuan patuh social distancing, dan 4) jam tatap muka di alokasikan sesuai ketentuan yang berlaku berdasarkan kluster level ppkm. Berita ini disambut dengan bahagia oleh sejumlah guru-guru di Indonesia seperti pembelajaran tatap muka yang mulai aktif dilakukan oleh beberapa sekolah di Yogyakarta, menurut surat kabar *eduwara* bahwa di SDNikpora telah menyatakan³⁰ siswa jenjang SDN-SMP pada semester genap 2021-2022 diperbolehkan melakukan pembelajaran tatap muka dengan persentase 66% di dalam kelas. Terkait pembelajaran normal

²⁷ Canggi Putranto, "Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja : Studi Indigenus Pada Guru Bersuku Jawa," *Journal of Social and Industrial Psychology* 2, no. 2 (2013)

²⁸ Yulianti Dwi Astuti, "Meraih Kebahagiaan Sejati - Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia."

²⁹ kemdikbud.go.id, "Pelaksanaan Pembelajaran Tahun Ajaran Baru 2021/2022 Mengacu Pada Kebijakan PPKM Dan SKB 4 Menteri," *Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi*, Senin, Agustus 2021, sec. Berita.

³⁰ Setyono, "Sekolah di Jogja Diizinkan 100 Persen Pembelajaran Tatap Muka Mulai Minggu Depan," *eduwara.com*, January 3, 2022.

di dalam kelas atau pembelajaran tatap muka pada awal tahun 2022 ini, merupakan harapan guru yang dinantikan selama ini, sehingga memudahkan KBM (kegiatan belajar mengajar) dan berinteraksi langsung dengan siswa. Melihat dari urgensi dan kualitas pendidikan yang harusnya tidak menurun karena kendala PJJ, pembelajaran tatap muka adalah angin segar yang dapat membangkitkan gairah guru untuk mengajar.

Temuan yang sama telah peneliti temukan dilapangan yaitu pada SDN Kertirejo Selomartani Kalasan Sleman Yogyakarta yang sudah memulai pembelajaran dengan pertemuan tatap muka tahun ajaran 2022. Pembelajaran tatap muka di SDN tersebut memang tidak sepenuhnya normal dilakukan sebelum adanya wabah pandemi meyerang, namun segenap guru di Sekolah tersebut tetap memberikan respon yang positif berharap PTM bisa kembali pulih 100%. Ibu Arimbi selaku Kepala Sekolah SDN Kertirejo menyatakan atas terealisasinya pembelajaran tatap muka baru ini dapat meningkatkan hiroh dan semangat baru untuk mengajar anak-anak. Tidak dipungkiri pembelajaran masa pandemi *covid* kian melesu karena guru sudah menerapkan pembelajaran daring dengan beberapa aplikasi yang menunjang pembelajaran selama pandemi.

Pada kesempatan semester satu pernah diadakan PTM yang bersifat *shifting*, dilakukan hanya 2 jam pelajaran. Meskipun waktunya terbatas dan bersifat *shifting*, guru-guru SDN merasa bahagia dan senang, karena sudah bisa berinteraksi secara langsung. Tak dipungkiri pembelajaran online atau PJJ yang dilaksanakan hampir berjalan selama dua tahun ini pasti menimbulkan kerinduan antara guru dan siswa, pun sebaliknya. Sehingga PTM yang dilaksanakan pada

semester satu yang berjalan hampir satu setengah bulan membuat guru-guru merasa bahagia. Seperti ungkapan ibu kepala sekolah SDN Kertirejo:

terus bahagia meneh pada waktu PTMP wahh seneng banget guru-guru itu bahagia tenan. bisa ketemu dengan anak walaupun hanya 2 jam tapi kan paling tidak bisa mendampingi membimbing anak-anak durung iso piye carane ben do isoh.³¹

Pernyataan ini merupakan ungkapan tulus yang terlihat dari mimik wajah serta antusiasnya Ibu kepala Sekolah SDN yang bercerita terkait KBM yang dilakukan secara PTM meski terbatas waktu.

Berangkat dari kendala dan kesulitan yang dialami oleh guru hingga guru dapat mencapai kebahagiaan hidup. Maka penelitian ini menjadi lebih penting untuk digali lebih dalam. Melihat proses pembelajaran selama pandemi ini mengalami dinamika pencapaian kebahagiaan hidup pada guru SDN. Maka penelitian tentang “Pencapaian Kebahagiaan Hidup menurut Guru SDN Kertirejo Perspektif *Kawruh Jiwa Ki Angeng Suryamentaram*” menjadi menarik untuk digali lebih dalam. Sementara fokus pada penelitian pencapaian kebahagiaan hidup menurut Guru SDN Kertirejo meliputi 1) pandangan kebahagiaan hidup menurut guru SDN Kertirejo, 2) dinamika kebahagiaan hidup guru SDN Kertirejo, 3) indikator kebahagiaan hidup guru SDN Kertirejo, 4) faktor yang mengkontruksi pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo. Kemudian penulis menentukan 3 (tiga) informan guru SDN yang bekerja di SDN Kertirejo

³¹ AR selaku Kepala Sekolah “Observasi selama pembelajaran di Sekolah” Maret 2022, Recorder.

Selomartani Kalasan Sleman Yogyakarta. Selanjutnya menggali data-data dari informan lebih dalam dengan beberapa referensi.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pandangan kebahagiaan hidup menurut guru SDN Kertirejo?
2. Bagaimana dinamika pencapaian kebahagiaan hidup menurut guru SDN Kertirejo?
3. Apa saja indikator pencapaian kebahagiaan hidup menurut guru SDN Kertirejo?
4. Apa saja faktor yang berkontribusi pencapaian kebahagiaan hidup menurut guru SDN Kertirejo?

C. TUJUAN DAN KEGUNAAN PENELITIAN

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk mengetahui pandangan kebahagiaan hidup menurut guru SDN Kertirejo
2. Untuk mengetahui dinamika pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo
3. Untuk mengetahui apa saja indikator pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo?
4. Untuk mengetahui faktor apa saja yang berkontribusi pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo?

Sementara kegunaan hasil dari penelitian ini dapat memberi manfaat secara teoritis dan praktis. Secara teoritis yaitu untuk menjawab penelitian tentang psikologi khususnya pandangan kebahagiaan Guru SDN perspektif Kawuh Jiwa Ki Ageng Suryamentaram. Penelitian ini dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan serta literatur khususnya psikologi pendidik. Sementara secara praktik bagi subyek penelitian memberikan pengalaman langsung terkait pencapaian kebahagiaan. Bagi penulis menambah wawasan baru, serta pengalaman langsung dalam mencapai kebahagiaan seorang pendidik. Bagi sekolah memberikan informasi terkait civitas sekolah yaitu pendidik sehingga memberikan pandangan secara langsung tentang kebahagiaan hidup. Sehingga sekolah mengetahui bahwa guru yang bekerja sebagai pendidik di sekolah tersebut mengalami berbagai proses untuk mencapai kebahagiaannya.

D. KAJIAN PUSTAKA

Dari penelusuran pustaka, penulis menemukan beberapa penelitian yang masih relevan dengan tema pembahasan tesis. Kemudian penulis memetakan penelusuran pustaka menjadi tiga bagian, yaitu 1) pemikiran KAS terkait kebahagiaan, 2) kebahagiaan dan problematika pada guru selama pandemi *covid -19*, dan 3) pendekatan psikologi *indegenous*.

Adapun penelitian yang *pertama*, tentang pemikiran KAS terkait Kebahagiaan, Penelitian yang berjudul “Penerapan Pembelajaran Menggunakan Metode *Mulur Mungkret* di Kelas IV SDN Sendangsari

Pajangan Bantul (Tinjauan Terhadap Konsep dan Pemikiran Ki Ageng Suryomentaram) “ yang ditulis oleh Dita Dwi Saputri³² menjelaskan bahwa metode *mulur mungkret* yang diterapkan di SDN dapat memberikan wawasan baru bagi guru dan peserta didik dalam menghargai guru, peserta didik dan orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa guru dapat mengetahui kebahagiaannya sendiri dalam mengajar peserta didiknya.

Sementara penelitian oleh Hansa Putranto³³ dengan judul “Dinamika Mulur Mungkret Kawruh Jiwa Suryomentaram Pada Remaja Tengah” menggunakan metode *open ended questionare* dengan subjek remaja yang bersekolah di MAN 1 Yogyakarta. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya elastisitas antara mulur mungkret keinginan yang ditanggapi dengan emosional oleh individu yang mengalami hal tersebut. Dalam penelitian ini remaja dikatakan mampu mengolah keinginan dengan baik meskipun belum sesuai keinginnan. Senada dengan penelitian di atas Abdul Jalil³⁴ juga melakukan penelitian terkait dinamika mulur mungkret yang dilakukan pada remaja akhir yang sedang kuliah di UGM semester 1 tahun ajaran 2015/2016. Pendekatan yang digunakan adalah fenomenologi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja akhir masih cenderung bersikap mulur, masih sedikit yang bersikap mulur-mungkret dan data yang ada sesuai ajaran Ki Ageng Suryomentaram. Dari ketiga penelitian terkait *mulur*

³³ Hansa Putranto and Hansa Putranto, “Dinamika Mulur Mungkret Kawruh Jiwa Suryomentaram Pada Remaja Tengah” (Universitas Gadjah Mada, 2016), accessed September 2, 2021,

³⁴ Abdul Jalil and Abdul Jalil, “Dinamika Kemampuan Mulur Mungkret Pada Remaja Akhir” (Universitas Gadjah Mada, 2016), accessed September 2, 2021,

mungkret di atas merupakan pengaplikasian yang dilakukan pada berbagai subjek manusia seperti guru SDN kelas 4, peserta didik kelas 4, dan juga remaja pada jenjang SMA/MAN/ sederajat.

Kemudian peneliti menemukan buku pemikiran KAS terkait dengan teori kebahagiaan seperti karya Sri Wintala Ahmad³⁵ dengan judul *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram* yang memaparkan secara gamblang tentang kebahagiaan KAS yang dapat diraih dengan beberapa tahap. Afthanul Afif³⁶ juga mempunyai karya yang menerjemahkan pemikiran KAS terkait kebahagiaan dalam bidang psikologi. Hasil karya Afthanul Afif berjudul *Psikologi Suryomentaram*. Ada juga *handbook* yang berisi tentang riwayat Ki Ageng Suryomentaram³⁷ hingga *menganggit* atau mencipta sebuah karya yaitu *kitab kawruh jiwa*. Ada beberapa penulis yang mengembangkan ajaran kawruh jiwa KAS.

Pemetaan *kedua*, penelitian tentang Kebahagiaan dan problematika Guru seperti tulisan Irianto dan Subandi³⁸ yang berjudul “*Studi Fenomenologi Kebahagiaan Guru di Papua*”. Tulisan ini menjelaskan kebahagiaan guru di Papua dengan menggali data dari 3 (tiga) informan. Pengalaman guru di pedalaman Papua tercermin melalui karakter positif yaitu bermasyarakat dengan sopan santun, motivasi beragama, adanya kerja sama dan tanggung jawab, serta semangat dalam bekerja. Selanjutnya pada aspek pengalaman spiritual juga

³⁵ Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*.

³⁶ Afthanul Afif, *Psikologi Suryomentaram* (Yogyakarta: IRCiSoD, 2020).

³⁷ Wusana et al., *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram, Riwayat, Dan Jalan Menuju Bahagia*.

³⁸ Irianto and Subandi, “Studi Fenomenologis Kebahagiaan Guru Di Papua,” *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 1, no. 3 (January 25, 2016).

mempengaruhi kebahagiaan guru. Penelitian oleh Rahmat Aziz³⁹ dengan subjek penelitian 247 orang di tiga kabupaten yaitu Trenggalek, Tulung Agung dan Pacitan. Menggunakan analisis *product moment*. Dari penelitian ini menghasilkan pengalaman spritual menjadi faktor kebahagiaan bagi guru. Sementara penelitian oleh Nurrochim dan Siti Ngaisah menjelaskan tingkat kebahagiaan guru dikatakan tinggi dari sisi kepuasan hidup, makna hidup dan perasaan. Sementara dari sub dimensi seperti kompetensi guru dan kualitas akademik masih kurang.⁴⁰ Dari kedua penelitian ini berfokus pada kebahagiaan guru yang didukung oleh lingkungan sosial juga pengalaman spritual. Sementara terdapat perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan diteliti dengan fokus kebahagiaan melalui teori *mulur-mungkret* KAS yang disebut dengan pemikir psikologi yang berasal dari nusantara yaitu Jawa.

Pada bagian problematika pada guru selama pandemi *covid-19* bermacam ragam, penelitian oleh Wahyono menjelaskan bahwa problematika guru yang dihadapi selama pandemi *covid-19* mempunyai tantangan dalam pelaksanaan pembelajaran daring,⁴¹ seperti : kendala pada jaringan *smartphone*, keterbatasan teknologi,⁴² dan akses internet yang kurang menyeluruh.⁴³ Pada pembelajaran daring guru menemukan kendala seperti peserta didik yang merasa bosan ketika pembelajaran sedang berlangsung. Hal ini membuat guru harus memikirkan bagaimana strategi yang digunakan guru agar peserta didik tidak merasa bosan dan menarik minat belajar, dan menumbuhkan semangat belajar. Belum lagi guru

³⁹ Rahmat Aziz, "Pengalaman Spiritual Dan Kebahagiaan Pada Guru Agama Sekolah Dasar," *Proyeksi: Jurnal Psikologi* 6, no. 2 (August 24, 2021): 1–11.

⁴⁰ Nurrochim and Siti Ngaisah, "Pendampingan Dalam Memahami Indeks Kebahagiaan Guru Di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Di Tangerang Selatan," *Qalamuna: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama* 12, no. 1 (February 4, 2020): 1–14.

⁴¹ Poncojari Wahyono, H. Husamah, and Anton Setia Budi, "Guru Profesional Di Masa Pandemi COVID-19: Review Implementasi, Tantangan, Dan Solusi Pembelajaran Daring," *Jurnal Pendidikan Profesi Guru* 1, no. 1 (April 30, 2020): 51–65.

⁴² Saleh, "Problematika Kebijakan Pendidikan Di Tengah Pandemi Dan Dampaknya Terhadap Proses Pembelajaran Di Indonesia."

⁴³ Zubaihah, "Kesulitan Guru Dalam Pembelajaran Matematika Secara Daring Di Masa Pandemi."

dihadapkan dengan peserta didik yang tidak tepat waktu pada saat pengumpulan tugas. Jadi ada beberapa peserta didik yang terbatas karena *smartphone* masih dibawa kerja orang tuanya, sehingga respon tugas atau pengumpulan tugas tidak sesuai jadwal dan menyita waktu guru yang sebentar –sebentar mengecek penugasan peserta didik.⁴⁴ Beberapa problem atau kendala yang dialami oleh guru memberikan gambaran bahwa problem tersebut dapat mempengaruhi kebahagiaan guru dalam mengajar.

Pemetaan *ketiga*, pendekatan psikologi *indigenous*. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Yuniawati dan Tarnoto⁴⁵ dengan penelitian kualitatif pendekatan *indigenous* meneliti tentang pemaknaan *school well-being* pada siswa SMP. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara guru dengan siswa, siswa merasa puas dengan berbagai program yang ada di sekolah tersebut, seperti rutinitas siswa beribadah. Selanjutnya Amanda dkk.,⁴⁶ melakukan penelitian terkait *psychological well-being* pada anak pertama gadis Minangkabau dengan pendekatan *indigenous*. Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya penerimaan akan peran dan tuntutan bagi gadis Minangkabau. Hal ini ditunjukkan dengan hasil 85,7 % responden menerima akan hal tersebut yaitu makna bahagia yang berujung pada pencapaian dan keluarganya. Penelitian terkait

⁴⁴ Andri Anugrahana, “Hambatan, Solusi Dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar,” *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* 10, no. 3 (September 28, 2020): 282–289.

⁴⁵ Rudy Yuniawati and Nissa Tarnoto, “Pemaknaan School Well-Being Pada Siswa SMP: Indigenous Research,” *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya* 2, no. 2 (October 23, 2019): 111–126.

⁴⁶ Amanda Klara, Aswarina Perlitta, and Putri Tasya Nabila, “Psychological Well Being Pada Anak Pertama Gadis Minangkabau: Sebuah Studi Psikologi Indigenous,” *Jurnal Spirits* 12, no. 2 (November 10, 2022): 104–113.

indegenous juga dilakukan oleh Arifin dkk.,⁴⁷ yang meneliti tentang *self-leadership* menurut remaja bugis di Makassar. Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya karakter positif yang ditunjukkan remaja bugis dengan mempertimbangkan dirinya sendiri. adanya pola asosiasi yang berkaitan dengan tanggung jawab, adanya sebuah proses perjuangan demi mencapai tujuan didukung dengan doa, kemudian pihak keluarga yang andil dalam pengambilan keputusan remaja bugis. Paramma dan Kadanga⁴⁸ melakukan penelitian terhadap globalisasi orang Papua terhadap budaya. Penelitian ini menunjukkan adanya beberapa bidang yang andil dalam perubahan budaya orang Papua, seperti integrasi budaya, bidang jasa dan komersil. Yang dibawa oleh orang migran ke Papua.

Berdasarkan penelusuran penelitian di atas, penelitian dengan fokus Kebahagiaan guru SDN dengan pendekatan *indegenous* belum banyak yang meneliti. Sehingga hal ini menjadi penting untuk diteliti lebih lanjut terkait kebahagiaan guru dilihat dari sisi psikologis dengan pendekatan *Indegenous* yang bertujuan untuk mengetahui prespektif informan sesuai budaya setempat yang berupaya mencapai puncak kebahagiaannya.. Khususnya informan yang menjadi guru di SDN Kertirejo.

E. KERANGKA TEORI

⁴⁷ Nur Afni Indahari Arifin, Ahmad Ridfah, and Wawan Kurniawan, "Self-Leadership Pada Remaja Bugis -Makassar: Pendekatan Psikologi Indigenious," *Jurnal Psikologi TALENTA* 6 (March 31, 2021).

⁴⁸ P. R. T. Paramma and Lewi Kabanga, "Studi Kualitatif Terhadap Indigenious People Papua Yang Terpapar Globalisasi Budaya Melalui Relasi Sosialnya Dengan Pendetang," *Sosio Dialektika* 6, no. 1 (June 28, 2021): 83–104.

Berbicara tentang kebahagiaan vs kesedihan seperti halnya dua sisi pada mata uang koin yang saling bersisihan. Sebentar –sebentar sedih dan bahagia yang terjadi pada diri manusia. Pada perspektif Ki Ageng Suryamentaram⁴⁹ hidup bahagia manusia memiliki 4 (empat) jenis rasa enak, diantaranya : senang vs susah, santai vs tegang/stress, euphoria vs kesepian, serta bahagia vs hampa.

Sementara kehidupan manusia mengalami 4 (empat) tahapan diantaranya: ⁵⁰

- a. Ukuran pertama: hidupnya ibarat bayi yang baru lahir, belum bisa bereaksi sesuai keinginan dan perasaan meskipun sudah bisa merasakan
- b. Ukuran kedua :hidupnya ibarat anak-anak yang sudah bisa bereaksi akan keinginan dan perasaannya namun belum paham dengan hukum alam
- c. Ukuran ketiga:hidupnya ibarat orang yang beranjak dewasa, sudah bisa bereaksi sesuai keinginan dan perasannya, serta sudah paham pula hukum alam
- d. Ukuran keempat: ibarat hidupnya sudah berinteraksi dan bersosialisasi dengan benda hidup yang mempunyai rasa. Sehingga perlu memahami tentang ilmu rasa.

Belajar tentang ilmu rasa pada perspektif Ki Ageng Suryamentaram ada 5 tahapan diantaranya:⁵¹

- a. Merasakan *kramadangsa boten langgeng*
- b. Mengendalikan *karep* menggunakan *NemSa*⁵²

⁴⁹ Wusana et al., *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram, Riwayat, Dan Jalan Menuju Bahagia*, 145–147.

⁵⁰ Afif et al., *Matahari Dari Mataram (Menyelami Spiritual Jawa Rasional Ki Ageng Suryomentaram)*.

⁵¹ Wusana et al., *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram, Riwayat, Dan Jalan Menuju Bahagia*, 152–155.

- c. Merasakan *raos sami*⁵³
- d. Merasakan *raos langgeng*⁵⁴
- e. Menghadirkan aku tanpa ciri⁵⁵

Mulur mungkret merupakan dinamika *karep* (keinginan) yang dialami manusia untuk meraih *semat* (kekayaan, harta benda, kesenangan), *drajat* (kedudukan, kehormatan, kemuliaan, kebanggaan), dan *kramat* (kekuasaan, kepercayaan, pujian, disegani, dll.)⁵⁶ *Mulur* adalah dunia manusia ketika timbulnya rasa senang yang terus berkembang. Dengan kata lain apa yang menjadi *karep* (keinginan) manusia telah tercapai. Sementara *mungkret* adalah dunia manusia ketika timbulnya rasa susah karena keinginan yang tidak tercapai, sehingga menurunkan level atau tingkatan keinginannya dengan sikap *nrima* (menerima)⁵⁷. Akhtar berpendapat bahwa kebahagiaan bisa diukur melalui prespektif kultural, yaitu konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram. Dengan kata lain kebahagiaan ini tidak hanya diukur melalui perspektif barat, padahal di

⁵² *NemSa* adalah *sabutuhe* (need), *sacukupe* (sufficient), *saperlune* (necessity), *sabenere* (real and valid), *samesthine* (fit and proper), *sapenake* (happiness), .Lihat Ibid., 158.

⁵³ *Raos sami* yang dimaksud adalah setiap manusia yang memiliki rasa *bungah-susah* (bahagia-sedih) tidak akan memandang pada golongan orang kaya ataupun miskin. Hal ini menjelaskan bahwa bahagia dan sedih pernah sama-sama dirasakan oleh semua orang. Lihat Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*, 151.

⁵⁴ *Raos Langgeng* adalah rasa yang abadi yang melekat pada bayangan diri manusia baik masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Sebagai contoh rasa abadi pada diri seseorang yang berusaha melepaskan bayang –bayang dari masa lalu dan masa depan, hal ini akan menyebabkan atau menimbulkan manusia merasa *getun dan sumelang* (sesal dan khawatir). Hal ini juga dapat disikapi dengan tenang dan berani sehingga timbullah rasa tentram dan tenang ketika manusia menghadapi persoalan atau masalah. Lihat Ibid., 152–153; Wusana et al., *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram, Riwayat, Dan Jalan Menuju Bahagia*, 154.

⁵⁵ Manusia tanpa ciri dapat diartikan dengan manusia yang sudah terlepas dari berbagai egonya sendiri. hal ini berhubungan langsung dengan jiwa rasa manusia yang lain. Sehingga manusia dapat merasakan dan memahami rasa manusia yang lainnya. Seperti ucapan Ki Ageng Suryomentaram “ *salah satunggaling pirantos wonten ing raosing tiyang ingkang kangge ngeraosaken raosing sanes*” Afif et al., *Matahari Dari Mataram (Menyelami Spiritual Jawa Rasional Ki Ageng Suryomentaram)*, 202; Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*, 173; Wusana et al., *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram, Riwayat, Dan Jalan Menuju Bahagia*, 155.

⁵⁶ Wusana et al., *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram, Riwayat, Dan Jalan Menuju Bahagia*, 157.

⁵⁷ Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*, 148.

Indonesia khususnya Jawa terdapat konsep kebahagiaan yang lebih kultural dan bisa bermasyarakat.⁵⁸

Senada dengan keterangan di atas Irfan Afifi dalam *webinar* mengatakan bahwa *mulur mungkret* termasuk ajaran *Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryamentaram* untuk mencapai kebahagiaan yang tidak bergantung pada keadaan dan waktu dengan kata lain manusia itu bisa hidup dengan tenang karena bisa menerima keadaan senang dan susah.⁵⁹

Sementara kebahagiaan pada perspektif barat, menurut Diener, Lucas dan Oishi menjelaskan bahwa kebahagiaan mencakup emosi yang menyenangkan, kepuasan hidup juga tingkatan rendah dari perasaan negatif.⁶⁰ Kemudian Seligman dalam Scorsolini Comin dkk menyebutkan bahwa kebahagiaan termasuk pada psikologi positif yang mempelajari perasaan, intuisi, emosi dan perilaku positif untuk mencapai kebahagiaan sebagai tujuan akhir.⁶¹ Seligman juga mengatakan bahwa kebahagiaan berkaitan erat dengan masa lalu, masa sekarang dan masa depan.⁶² Hal ini Dewi dan Nasya⁶³ menulis kebahagiaan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti kebersyukuran,⁶⁴ *personality*,⁶⁵ *forgiveness*,⁶⁶ *self esteem*,⁶⁷

⁵⁸ Hanif Akhtar, "Perspektif Kultural Untuk Pengembangan Pengukuran Kebahagiaan Orang Jawa," *Buletin Psikologi* 26, no. 1 (June 6, 2018): 54-63-63.

⁵⁹ Taufiq, "Ajaran Ki Ageng Suryomentaram yang Berguna untuk Anak Muda Masa Kini | kagama.co | Majalah Kagama Online | Halaman 3," n.d., accessed September 27, 2021, <http://kagama.co/2020/08/25/ajaran-ki-ageng-suryomentaram-yang-berguna-untuk-anak-muda-masa-kini/3/>.

⁶⁰ Ed Diener, "Guidelines for National Indicators of Subjective Well-Being and Ill-Being," *Journal of Happiness Studies* 7 (February 1, 2006): 397-404.

⁶¹ Fabio Scorsolini-Comin et al., "From Authentic Happiness to Well-Being: The Flourishing of Positive Psychology," *Psicologia: Reflexão e Crítica* 26 (December 1, 2012): 663-670.

⁶² Theresia Claudia Rienneke and Margareta Erna Setianingrum, "Hubungan Antara Forgiveness Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Yang Tingga Di Pantu Asuhan," *Jurnal Psikologi Indonesia* 7 (June 2018): 18-31.

⁶³ Lharasati Dewi and Naila Nasywa, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Subjective Well-Being," *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan* 1 (May 1, 2019): 54.

⁶⁴ Jesus Alfonso Datu, "Forgiveness, Gratitude and Subjective Well-Being Among Filipino Adolescents," *International Journal for the Advancement of Counselling* 36 (December 18, 2013): 262-273.

pengalaman spiritual.⁶⁸ Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan adalah dukungan sosial.⁶⁹

F. METODOLOGI PENELITIAN

Untuk menjawab problem-problem di atas, penelitian ini menggunakan:

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kualitatif (*Qualitative Research*) bertujuan untuk memahami makna dari masalah sosial atau kemanusiaan baik kelompok atau individu. Penelitian ini menggunakan cara pandang induktif.⁷⁰ Pendekatan fenomenologi yang berfokus mendeskripsikan pengalaman subjektif individu sesuai fenomena yang dialami.⁷¹ Hal ini diperkuat dengan pendekatan psikologi *indegenous* yang bertujuan untuk mengkaji tingkah laku serta pola pikir manusia secara autentik (asli) sesuai konteksnya. Adanya penemuan atau pengembangan baru sesuai fenomena yang

⁶⁵ Asude Malkoç, "Big Five Personality Traits and Coping Styles Predict Subjective Well-Being: A Study with a Turkish Sample," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 12 (December 31, 2011): 577–581; Veljko Jovanovic, "Personality and Subjective Well-Being: One Neglected Model of Personality and Two Forgotten Aspects of Subjective Well-Being," *Personality and Individual Differences* 50, no. 5 (April 2011): 631–635.

⁶⁶ David W. Chan, "Subjective Well-Being of Hong Kong Chinese Teachers: The Contribution of Gratitude, Forgiveness, and the Orientations to Happiness," *Teaching and Teacher Education* 32 (2013): 22–30; Datu, "Forgiveness, Gratitude and Subjective Well-Being Among Filipino Adolescents."

⁶⁷ Feng Kong, Jingjing Zhao, and Xuqun You, "Self-Esteem as Mediator and Moderator of the Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Among Chinese University Students," *Social Indicators Research* 112, no. 1 (2013): 151–161.

⁶⁸ Mohsen Joshanloo and Fatemeh Daemi, "Self-Esteem Mediates the Relationship between Spirituality and Subjective Well-Being in Iran," *International Journal of Psychology* 50 (March 1, 2014).

⁶⁹ Karen L. Siedlecki et al., "The Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Across Age," *Social Indicators Research* 117, no. 2 (June 1, 2014): 561–576.

⁷⁰ Jhon W. Creswell, *Research Desain Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*, trans. Achmad Fawaid and Rianayati Kusmini Pancasari (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 5.

⁷¹ *Ibid.*, 18.

terjadi di masyarakat.⁷² Adapun cara pengumpulan data penelitian dengan pendekatan *indigenous* ini meliputi: kunjungan penjajagan, pengamatan, wawancara, dokumentasi, dan diskusi kelompok terarah.

73

Penelitian ini bermaksud menjelaskan pengalaman subjek yang bekerja sebagai guru di SDN Kertirejo Selomartani Kalasan Sleman Yogyakarta secara detail dan mendalam. sehingga dapat menemukan hal baru dalam memahami pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo perspektif *Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryamentaram*.

2. Informan Penelitian

Pemilihan informan dalam penelitian ini meliputi kriteria berikut: *Pertama*, guru perempuan yang mengajar di SDN Kertirejo. *Kedua*, guru perempuan yang bersedia menjadi informan. *Ketiga*, guru perempuan yang memiliki beban pekerjaan yang kompleks, seperti guru kelas 2 dan 3. Dengan alasan guru yang mendampingi kelas 2 dan 3 akan lebih telaten dan sabar ketika membimbing di sekolah. Karena usia 7-11 tahun termasuk pada tahap operasional konkret menurut Piaget.⁷⁴ Sehingga guru harus lebih sabar dalam membimbing dan mendampingi. Kemudian untuk menambah informasi terkait pengambilan data maka penulis melakukan penggalan data dari kepala

⁷² Yuniawati and Tarnoto, "Pemaknaan School Well-Being Pada Siswa SMP."

⁷³ Sahra Alimatus, *Studi Indigenous Dengan Metode Kualitatif* (Yogyakarta: Gramasurya, 2020), 39.

⁷⁴ Leny Marinda, "Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar," *An-Nisa'* 13, no. 1 (2020): 116–152.

sekolah, peserta didik dan beberapa informan pendukung lainnya.

3. Setting Penelitian

Penelitian ini dilakukan mulai bulan Oktober – Desember 2021 sebagai pra survai penelitian untuk observasi. Kemudian pada bulan Januari – Februari 2022 penulis mulai pengambilan data dan penggalan data lebih dalam. Sementara pada bulan Maret 2022 penulis mulai menyusun dan menganalisis data.

4. Sumber Data

Sumber utama atau primer dalam penulisan tesis ini adalah 3 (tiga) informan yang sesuai dengan kriteria. Dan kitab *Kawruh Jiwa Wejanganipun* Ki Ageng Suryamentaram. Sedangkan sumber sekunder adalah data yang diambil dari jurnal, buku yang masih relevan dengan pembahasan penelitian tersebut. Serta beberapa informan pendukung dalam penelitian ini.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan beberapa rangkaian metode antara lain :

a. Kunjungan penjajagan

Kunjungan penjajagan⁷⁵ dianggap penting pada awal penelitian dengan pendekatan *indigenous* karena dapat mempengaruhi proses pengumpulan data selanjutnya. Kunjungan ini dapat dilakukan dengan beberapa kali berkunjung ke lokasi penelitian sesuai

⁷⁵ Alimatus, *Studi Indigenous Dengan Metode Kualitatif*, 39.

dengan informasi yang dibutuhkan. Dengan kata lain penulis dapat mengenal kebudayaan setempat sesuai dengan adatnya, membangun kepercayaan dari informan secara terbuka. Sehingga mendapat izin untuk melakukan penelitian serta informasi yang dibutuhkan. Sebelumnya sudah membaca referensi yang berkaitan dengan penelitian. Karena pendekatan *psikologi indegenous* lebih mengutamakan rasa dari pada logika, maka sebagai penulis diharapkan mampu membangun sikap yang lebih toleran terhadap budaya di lokasi penelitian.

b. Observasi,⁷⁶

Observasi atau pengamatan melibatkan fungsi indra seperti mata, hidung, telinga, serta rasa untuk andil dalam mengamati budaya setempat sesuai tujuan penelitian.⁷⁷ Namun, pada pendekatan *indegenous* penekanannya lebih menyertakan fungsi alat motorik. Sementara pada penelitian ini penulis juga melibatkan diri dalam kegiatan kbm ketika di kelas, agar bisa membaaur dengan kegiatan yang dilakukan sesuai budaya setempat. Pada tahap ini penulis juga dapat memilah-milah siapa saja yang akan di wawancarai sesuai dengan fokus penelitian.

c. Wawancara

⁷⁶ Observasi yaitu mencatat mengamati berbagai perilaku, gejala, proses kerja dan responden dengan cakupan tidak terlalu banyak. Lihat Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2013), 204.

⁷⁷ Alimatus, *Studi Indigenus Dengan Metode Kualitatif*, 40.

Pada tahap wawancara, penulis memilih dengan melakukan wawancara secara mendalam atau (*in- depth interview*) dan mengajukan pertanyaan semi terstruktur, dengan daftar pertanyaan yang sudah disiapkan. Namun, pengajuan pertanyaan tidak dilakukan secara urut, tergantung pada arah pembicaraan yang dilakukan antara *interviewer* kepada *interviewee*.⁷⁸ Wawancara ini bermaksud mendapatkan opini atau pandangan yang diajukan kepada subjek atau informan.⁷⁹ Serta dapat memungkinkan pertanyaan baru terkait fokus penelitian. Wawancara ini dapat dilakukan dengan tatap muka, didukung menggunakan aplikasi *WhatsApp* (WA), dan *Sound recorder*. Wawancara ini berdasarkan instrumen pertanyaan yang diajukan kepada informan terkait pertanyaan 1) pandangan kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo, 2) dinamika pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo, 3) indikator pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo, 4) faktor apa saja yang mengkonsturksi pebcapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo.

d. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang dapat melengkapi teknik pengumpulan data yang lain. Dengan kata lain adanya dokumentasi dapat menguatkan data –data yang sudah

⁷⁸ Fadhallah, *Wawancara* (Jakarta: UNJ PRESS, 2021), 8.

⁷⁹ W. Creswell, *Research Desingn Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*, 254.

terkumpul. Bertujuan untuk menjelaskan,, mengeksperikan, menyuarkan, menceritakan, sesuai situasi dan keadaan pada saat kejadian atau peristiwa berlangsung.⁸⁰

6. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan 3 (tiga) tahapan, yaitu: *pertama*, reduksi data, memungkinkan penulis untuk mengumpulkan berbagai data yang masih terkait dengan penelitian. *Kedua*, penyajian data, memungkinkan penulis memaparkan data sesuai hasil. *Ketiga*, verifikasi dan kesimpulan, memungkinkan penulis untuk mengemukakan bukti valid dari hasil penelitian dan menarik kesimpulan.⁸¹ Sementara Uji Keabsahan dengan triangulasi data, yaitu mengecek berbagai bukti yang ada dari sumber tersebut, sehingga koheren antara data dan hasil yang didapat.⁸²

G. SISTEMATIKA PENELITIAN

Sistematika pembahasan digunakan untuk mempermudah penelitian yang sistematis dan konsisten dari isi tesis. Hal ini dimaksudkan agar menunjukkan suatu totalitas yang utuh dari sebuah penelitian. Berikut adalah sistematika pembahasan dalam penelitian penulis:

⁸⁰ Fitri Nur Mahmudah, *Analisis Data Penelitian Kualitatif Manajemen Pendidikan Berbantuan Software Atlas.ti Versi 8* (Yogyakarta: UAD PRESS, 2021), 20.

⁸¹ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, 247–252.

⁸² W. Creswell, *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*, 269.

Bab I Pendahuluan, memaparkan gambaran umum atau uraian global tesis, meliputi: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kajian pustaka, metode penelitian, dan sistematika pembahasan dalam penelitian tesis.

Bab II memaparkan kajian teori atau landasan teori kebahagiaan perspektif Ki Ageng Suryomentaram.

Bab III memaparkan pandangan kebahagiaan dari beberapa informan sebagai guru SDN Kertirejo Selomartani Kalasan Sleman Yogyakarta.

Bab IV memaparkan analisis data atau hasil penelitian, berisi analisis sesuai fokus penelitian.

Bab V memaparkan penutup berisi kesimpulan dan saran dari hasil penelitian.

BAB V PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan uraian data dan hasil penelitian tentang Pencapaian Kebahagiaan Hidup Menurut Guru SDN Kertirejo Perspektif *Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*) dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pandangan kebahagiaan menurut guru SDN N Kertirejo diperoleh dari dua pandangan yang bersumber dari informan, yaitu pandangan kebahagiaan yang berlingkup pada kehidupan pribadi dan kebahagiaan yang berada di lingkup sekolah.
2. Dinamika pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo meliputi *bungah-susah, mulur mungkret, raos sami, raos langgeng* dan *nyawang karep*.
3. Indikator pencapaian kebahagiaan menurut guru SDN Kertirejo diantaranya *tatag, sesrawung* dan *jiwa pamomong*.
4. Faktor yang mengkonstruksi kebahagiaan guru SDN N Kertirejo sesuai dengan pengalaman yang autentik dari informan menunjukkan bahwa ada beberapa hal yang mengkonstruksi kebahagiaan yaitu dengan olah gerak raga, olah gerak pikir dan olah gerak rasa. Ketiga olah gerak yang dialami oleh informan berkaitan dengan *semat, drajat* dan *semat*. Olah gerak yang dilakukan oleh informan menghasilkan relasi sosial dan ranah spiritual yang saling berhubungan erat.

B. SARAN

Selama proses penelitian berlangsung di lapangan, penulis bertemu langsung dengan informan dan berinteraksi. Tak hanya berinteraksi mengamati, berkomunikasi, namun penulis juga ikut serta dalam pembelajaran yang berlangsung selama dikelas dan berbincang terkait kebahagiaan informan pada ranah pribadi. Berbincangn tentang kebahagiaan memang bermacam ragam dan asik untuk diulik lebih lanjut. Namun, penulis menyadari bahwa hal tersebut tidak dapat dilakukan secara simultan. Sehingga penulis dapat menyampaikan beberapa saran untuk penulis selanjutnya yang ingin menulis tentang kebahagiaan, yaitu:

1. Secara Teoritik

Teruntuk penelitian selanjutnya, penulis menyarankan untuk lebih detail lagi dalam melangsungkan observasi, wawancara dan dokumentasi. Sehingga dapat menemukan bervariasi pandangan kebahagiaan yang lebih lengkap. Seperti lokasi penelitian sekolah yang lebih banyak, informan penelitian tidak hanya perempuan, melibatkan berbagai jabatan dalam suatu sekolah untuk penelitian selanjutnya. Agar menghasilkan data dan analisis yang lebih objektif, serta kritis dalam mengolah data yang diperoleh.

2. Secara Praktis

Teruntuk informan yang bersedia berbagi informasi, penulis menyarankan untuk lebih jeli dalam menggali berbagai hal yang dapat menyebabkan atau menimbulkan kebahagiaan. Lebih bijaksana dalam

menyikapi berbagai masalah yang menghampiri informan. Sejatinya dimanapun manusia berada tidak akan pernah terlepas dari masalah yang akan mendewasakannya, maka jadilah bijaksana.



DAFTAR PUSTAKA

BUKU

- Achmad, Sri Wintala. *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*. Yogyakarta: Araska, 2020.
- Afif, Afthonul. *Psikologi Suryomentaram*. Yogyakarta: IRCiSoD, 2020.
- Afif, Afthonul, Ki Prasetyo Atmosutidjo, Mark Woodward, Marcel Bonneff, M. Endy Saputro, Bandung Mawardi, Selu Margaretha Kushendrawati, Someya Yoshimichi, Nanik Prihartanti, and Heddy Shri Ashimsa-Putra. *Matahari Dari Mataram (Menyelami Spiritual Jawa Rasional Ki Ageng Suryomentaram)*. Depok: Kepik, 2012.
- Alimatus, Sahra. *Studi Indigenous Dengan Metode Kualitatif*. Yogyakarta: Gramasurya, 2020.
- Fadhallah. *Wawancara*. Jakarta: UNJ PRESS, 2021.
- Mahmudah, Fitri Nur. *Analisis Data Penelitian Kualitatif Manajemen Pendidikan Berbantuan Software Atlas.ti Versi 8*. Yogyakarta: UAD PRESS, 2021.
- Sugiarto, Ryan. *Psikologi Raos: Sainifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*. Cetakan pertama. Yogyakarta: Pustaka Ifada, 2015.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Suryomentaram, Ki Ageng. *Ajaran -Ajaran Ki Ageng Suryomentaram (Jilid 1)*. Translated by Grangsang Suryomentaram, Ki Oto Suastika, and Ki Moentoro Atmosentono. Jakarta: PT Inti Idayu Press, 1985.
- . *Ajaran -Ajaran Ki Ageng Suryomentaram (Jilid 3)*. Translated by Grangsang Suryomentaram, Ki Oto Suastika, and Ki Moentoro Atmosentono. Jakarta: PT Inti Idayu Press, 1985.
- . *Kawruh Jiwa Wejanganipun Ki Ageng Suryomentaram (Jilid 1)*. Jakarta: CV Haji Masagung, 1989.
- . *Kawruh Jiwa Wejanganipun Ki Ageng Suryomentaram (Jilid 2)*. Jakarta: CV. Haji Masagung, 1990.
- . *Kawruh Jiwa Wejanganipun Ki Ageng Suryomentaram (Jilid 4)*. Translated by Grangsang Suryomentaram. Jakarta: CV. Haji Masagung, 1993.
- Victor E. Frankl. *Man's Search For Meaning*. 5th ed. Jakarta: Noura Books, 2019.

W. Creswell, Jhon. *Research Desingn Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*. Translated by Achmad Fawaid and Rianayati Kusmini Pancasari. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016.

Wusana, Sapta Widi, Ryan Sugiarto, Prasetyo Admosudjjo, Achmad Charris Zubair, Gregorius Raja, Sit Waringah, P. Christa Wijaya, et al. *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram, Riwayat, Dan Jalan Menuju Bahagia*. Yogyakarta: Dinas Kebudayaan DIY, 2015.

ARTIKEL

Afifah, Atik Ma'rifatun. "Psikologi Humanistik: Victor Frankl Dan Ki Ageng Suryomentaram (KAS)." *Nathiqiyah* 3, no. 1 (June 30, 2020).

Akhtar, Hanif. "Perspektif Kultural Untuk Pengembangan Pengukuran Kebahagiaan Orang Jawa." *Buletin Psikologi* 26, no. 1 (June 6, 2018): 54-63-63.

Anggoro, Wahyu Jati, and Wahyu Widhiarso. "Konstruksi Dan Identifikasi Properti Psikometris Instrumen Pengukuran Kebahagiaan Berbasis Pendekatan Indigenous Psychology: Studi Multitrait-Multimethod." *Jurnal Psikologi* 37, no. 2 (November 5, 2015): 176-188.

Anggraini, Dina, and Edi Irawan. "Analisis Kemampuan Berpikir Logis Siswa Kelas VII Pada Tema Pencemaran Lingkungan." *Jurnal Tadris IPA Indonesia* 1, no. 2 (July 26, 2021): 228-238.

Anugrahana, Andri. "Hambatan, Solusi Dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar." *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* 10, no. 3 (September 28, 2020): 282-289.

Arifin, Nur Afni Indahari, Ahmad Ridfah, and Wawan Kurniawan. "Self-Leadership Pada Remaja Bugis -Makassar: Pendekatan Psikologi Indigenous." *Jurnal Psikologi TALENTA* 6 (March 31, 2021).

Arroisi, Jarman. "Bahagia dalam Perspektif al-Ghazali." *Kalimah: Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam* 17, no. 1 (March 1, 2019): 89-103.

Asmuni. "Problematika Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19 Dan Solusi Pemecahannya." *Jurnal Paedagogy* 7, no. 4 (October 1, 2020): 281-288.

Aziz, Rahmat. "Pengalaman Spiritual Dan Kebahagiaan Pada Guru Agama Sekolah Dasar." *Proyeksi: Jurnal Psikologi* 6, no. 2 (August 24, 2021): 1-11.

- Bastaman, Hanna Djumhana. *Integrasi Psikologi Degan Islam Menuju Psikologi Islami*. 2nd ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997.
- Baumrind, Diana. "The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use." *The Journal of Early Adolescence* 11, no. 1 (February 1, 1991): 56–95.
- Casmini, and M. Noor Rochman Hadjam. "Kecerdasan Emosi Dan Kepribadian Sehat Dalam Konteks Budaya Jawa Di Yogyakarta." Universitas Gadjah Mada, 2011.
- Casmini, and Fauzan Sandiah. "'Urip Iku Mung Mampir Ngombe'; Konsep Kebahagiaan Masyarakat Miskin Pesisir Yogyakarta Di Era Industrialisasi." *Jurnal Psikologi* 46 (Desember 2019): 226–240.
- Casmini, and Fauzan Anwar Sandiah. "'Urip Iku Mung Mampir Ngombe'; Konsep Kebahagiaan Masyarakat Miskin Pesisir Yogyakarta di Era Industrialisasi." *Jurnal Psikologi* 46, no. 3 (December 4, 2019): 226–240.
- Chan, David W. "Subjective Well-Being of Hong Kong Chinese Teachers: The Contribution of Gratitude, Forgiveness, and the Orientations to Happiness." *Teaching and Teacher Education* 32 (2013): 22–30.
- Chusna, Puji Asmaul, and Ana Dwi Muji Utami. "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Peran Orang Tua Dan Guru Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Daring Anak Usia Sekolah Dasar." *Premiere: Journal of Islamic Elementary Education* 2, no. 1 (July 11, 2020): 11–30.
- Cunha, Lúzie Fofonka, Lucia Campos Pellanda, and Caroline Tozzi Reppold. "Positive Psychology and Gratitude Interventions: A Randomized Clinical Trial." *Frontiers in Psychology* 10 (2019).
- Datu, Jesus Alfonso. "Forgiveness, Gratitude and Subjective Well-Being Among Filipino Adolescents." *International Journal for the Advancement of Counselling* 36 (December 18, 2013): 262–273.
- Dewi, Lharasati, and Naila Nasywa. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Subjective Well-Being." *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan* 1 (May 1, 2019): 54.
- Diener, Ed. "Guidelines for National Indicators of Subjective Well-Being and Ill-Being." *Journal of Happiness Studies* 7 (February 1, 2006): 397–404.
- Duck, Steve. *Human Relationships*. 1 Oliver's Yard, 55 City Road, London EC1Y 1SP United Kingdom: SAGE Publications Ltd, 2007.
- Dwi Astuti, Yulianti. "Meraih Kebahagiaan Sejati - Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia."

- Faiz, Aiman, Imas Kurniawaty, and Purwati Purwati. "Teori Kepribadian Personality Plus Perspektif Florence Littauer." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 4, no. 4 (June 11, 2022): 5196–5202.
- Franken, Robert E. *Human Motivation*. 6th edition. Australia ; Belmont, CA: Cengage Learning, 2006.
- Hasibuan, Ali Daud. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebahagiaan Belajar Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19." *AL-IRSYAD* 10, no. 1 (July 1, 2020): 79–85.
- Hassan, Nur Farah 'Ain Che, and Hafizhah Zulkifli. "Perspektif Guru Pendidikan Islam (GPI) Terhadap Pengaplikasian Google Classroom (GC) Dalam Pembelajaran Dan Pemudahcaraan (PDPC) [Islamic Education Teacher's Perspective on the Application of Google Classroom in Learning and Facilitation]." *International Journal of Advanced Research in Islamic Studies and Education* 2, no. 2 (January 16, 2022): 1–15.
- Heylighen, Francis, and Jan Bernheim. "Measuring Global Progress through Subjective Well-Being" (August 25, 2001).
- Hukom, Ghilda Pricillia, Desi Desi, and Venti Agustina. "Subjective Well Being Pada Penderita Diabetes Melitus (DM) Tipe II Di Srikandi Wound Care, Kabupaten Semarang." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 6, no. 3 (September 1, 2021).
- Hutagaol, Anita Sri Rejeki. "Analisis Kesulitan Guru Matematika Kelas VII Dalam Menerapkan Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19 Di SMP Nusantara Indah :?" *Jurnal Riset Pendidikan Matematika Jakarta* 3, no. 2 (August 19, 2021): 16–22.
- Irianto, and Subandi. "Studi Fenomenologis Kebahagiaan Guru Di Papua." *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 1, no. 3 (January 25, 2016).
- Jalil, Abdul. "Dinamika Kemampuan Mulur Mungkret Pada Remaja Akhir." Universitas Gadjah Mada, 2016.
- Joshanloo, Mohsen, and Fatemeh Daemi. "Self-Esteem Mediates the Relationship between Spirituality and Subjective Well-Being in Iran." *International Journal of Psychology* 50 (March 1, 2014).
- Jovanovic, Veljko. "Personality and Subjective Well-Being: One Neglected Model of Personality and Two Forgotten Aspects of Subjective Well-Being." *Personality and Individual Differences* 50, no. 5 (April 2011): 631–635.

- Juliya, Mira, and Yusuf Tri Herlambang. "Analisis Problematika Pembelajaran Daring Dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Belajar Siswa." *Genta Mulia : Jurnal Ilmiah Pendidikan* 12, no. 1 (January 13, 2021).
- Kartini, Kartini, Astuti Darmiyanti, and Nancy Riana. "Metode Mendongeng Kisah Nabi Dalam Penanaman Moral Anak Usia Dini." *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 7, no. 1 (2022): 13–28.
- kemdikbud.go.id. "Hasil Pencarian - KBBI Daring." Accessed February 2, 2022. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kebahagiaan>.
- . "Olahraga." Accessed February 10, 2022. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/olahraga>.
- . "Pelaksanaan Pembelajaran Tahun Ajaran Baru 2021/2022 Mengacu Pada Kebijakan PPKM Dan SKB 4 Menteri." *Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi*, Senin, Agustus 2021, sec. Berita.
- Khairullah, M., Nina Zulida Situmorang, and Ahmad Muhammad Diponegoro. "Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kebahagiaan Pada Guru Honorer." *Psyche 165 Journal* (June 30, 2021): 158–163.
- Khalidiyah, Siti Farah. "Kendala Yang Dihadapi Guru Dalam Pembelajaran Daring - Kompasiana.Com." Accessed September 10, 2021. <https://www.kompasiana.com/sitifarahkhalidiyah9274/604cf2828ede486ce1514902/kendala-yang-dihadapi-guru-dalam-pembelajaran-daring>.
- Klara, Amanda, Aswarina Perlitta, and Putri Tasya Nabila. "Psychological Well Being Pada Anak Pertama Gadih Minangkabau: Sebuah Studi Psikologi Indigenous." *Jurnal Spirits* 12, no. 2 (November 10, 2022): 104–113.
- Kong, Feng, Jingjing Zhao, and Xuqun You. "Self-Esteem as Mediator and Moderator of the Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Among Chinese University Students." *Social Indicators Research* 112, no. 1 (2013): 151–161.
- Laursen, Brett, and Ryan Adams. "The Developmental Psychology of Personal Relationships. Edited by Rosemary Mills and Steve Duck. Wiley, Chichester, Pp. 287. ISBN 0-471-99880-X." *Infant and Child Development* 9, no. 4 (2000): 233–234.
- Lubis, Maesaroh, and Nani Widiawati. "Integrasi Domain Afektif Taksonomi Bloom Dengan Pendidikan Spiritual Al-Ghazali (Telaah Kitab Ayyuhul Walad)." *Jurnal Educative: Journal of Educational Studies* 5, no. 1 (June 30, 2020): 41–56.

- Magdalena, Ina, Nur Fajriyati Islami, Eva Alanda Rasid, and Nadia Tasya Diasty. "Tiga Ranah Taksonomi Bloom Dalam Pendidikan." *EDISI 2*, no. 1 (June 30, 2020): 132-139.
- Mahmudah, Fitri Nur. *Analisis Data Penelitian Kualitatif Manajemen Pendidikan Berbantuan Software Atlas.ti Versi 8*. Yogyakarta: UAD PRESS, 2021.
- Maknunah, Lulu, and Ahmad Fauzi. "Kebermaknaan Hidup Masyarakat Urban Dalam Perspektif Hanna Djumhana Bastaman: Kajian Dimensi Spiritual Logoterapi." *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam 2*, no. 2 (August 20, 2022): 1-11.
- Malkoç, Asude. "Big Five Personality Traits and Coping Styles Predict Subjective Well-Being: A Study with a Turkish Sample." *Procedia - Social and Behavioral Sciences 12* (December 31, 2011): 577-581.
- Marinda, Leny. "Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar." *An-Nisa' 13*, no. 1 (2020): 116-152.
- Martini, Mara, and Daniela Converso. "Gratitude, or the Positive Side of the Relationship with Patients. Development and First Validation of New Instruments: A Scale of Gratitude Perceived by Operators and a Scale of Support Offered by the Gratitude Expressed by Their Patients." *Psychology 5*, no. 6 (April 24, 2014): 572-580.
- Masitoh, Siti, and Fibria Cahyani. "Penerapan Sistem Among Dalam Proses Pendidikan Suatu Upaya Mengembangkan Kompetensi Guru." *Kwangsan: Jurnal Teknologi Pendidikan 8*, no. 1 (August 5, 2020): 122-141.
- Musrifah. "Pembentukan Kepribadian Mental Sehat Perspektif Psikologi Islam." *Madaniyah 8*, no. 1 (January 31, 2018): 95-124.
- Naan, and Naufal Nurfajri. "Konsep Psikologi Transpersonal Dalam Mengenal Sebuah Makna Bahagia Dalam Islam." *Humanistika: Jurnal Keislaman 8*, no. 1 (January 26, 2022): 151-174.
- Nasution, Mrs Nani Barorah, Nasrun Nasrun, and Masta Marselina S. "Pelatihan Koping Adaptif Untuk Menurunkan Dampak Psikologi Virus Covid-19 Di SDN Plus Jabal Rahmah Mulia, Jl. Balai Desa No.16-27, Sunggal, Kec. Medan Sunggal, Kota Medan." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 26*, no. 4 (November 13, 2020): 248.
- Nugroho, Benito Cahyo. "Eudaimonia: Elaborasi Filosofis Konsep Kebahagiaan Aristoteles Dan Yuval Noah Harari." *Focus 1*, no. 1 (2020): 8-14.
- Nurdin, Muhamad. "Meraih Meaningful Life: Perspektif Psikologi Positif Dan Tasawuf Positif." *1st Conference on Strengthening Islamic Studies in The Digital Era (FICOSIS) 1*, no. 1 (September 16, 2021): 386-401.

- Nurochim, and Siti Ngaisah. "Pendampingan Dalam Memahami Indeks Kebahagiaan Guru Di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Di Tangerang Selatan." *Qalamuna: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama* 12, no. 1 (February 4, 2020): 1–14.
- Paramma, P. R. T., and Lewi Kabanga. "Studi Kualitatif Terhadap Indigenous People Papua Yang Terpapar Globalisasi Budaya Melalui Relasi Sosialnya Dengan Pendetang." *Sosio Dialektika* 6, no. 1 (June 28, 2021): 83–104.
- Putranto, Canggih. "Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja: Studi Indigenous Pada Guru Bersuku Jawa." *Journal of Social and Industrial Psychology* 2, no. 2 (2013).
- Putranto, Hansa, and Hansa Putranto. "Dinamika Mulur Mungkret Kawruh Jiwa Suryomentaram Pada Remaja Tengah." Universitas Gadjah Mada, 2016.
- Putri, Endrika Widdia. "Konsep Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Farabi." *Thaqafiyat: Jurnal Bahasa, Peradaban dan Informasi Islam* 19, no. 1 (August 13, 2018): 95–111.
- Rahman, Agus Abdul. *Sejarah Psikologi: Dari Klasik Hingga Modern*. 2nd ed. Depok: Rajawali Pers, 2018.
- Ramadhan, Tri Wahyudi. "Kurikulum Pendidikan Islam Multikultural (Analisis Tujuan Taksonomi Dan Kompetensi Peserta Didik)." *Piwulang: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 2 (March 28, 2019): 121–136.
- Rienneke, Theresia Claudia, and Margareta Erna Setianingrum. "Hubungan Antara Forgiveness Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Yang Tingga Di Panti Asuhan." *Jurnal Psikologi Indonesia* 7 (June 2018): 18–31.
- Rigianti, Henry Aditia. "Kendala Pembelajaran Daring Guru Sekolah Dasar Di Banjarnegara." *Elementary School: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran ke-SDN-an* 7, no. 2 (July 1, 2020).
- Ryff, Carol D. "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being." *Journal of Personality and Social Psychology* 57 (1989): 1069–1081.
- Saleh, Ahmad Muzawir. "Problematika Kebijakan Pendidikan Di Tengah Pandemi Dan Dampaknya Terhadap Proses Pembelajaran Di Indonesia." OSF Preprints, August 22, 2020.
- Saputra, Surya Adi. "Menjaga Imunitas Dan Kesehatan Tubuh Melalui Olahraga Yang Efektif." *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III* (November 24, 2020): 33–42.

- Scorsolini-Comin, Fabio, Anne Marie Fontaine, Silvia Koller, and Manoel Santos. "From Authentic Happiness to Well-Being: The Flourishing of Positive Psychology." *Psicologia: Reflexão e Crítica* 26 (December 1, 2012): 663–670.
- Setiawan, Wahyudi, Fitriah M. Suud, Moh Toriqul Chaer, and Azam Syukur Rahmatullah. "Pendidikan Kebahagiaan Dalam Revolusi Industri 4." *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman* 5, no. 1 (June 1, 2018): 101–120.
- Setyono. "Sekolah di Jogja Diizinkan 100 Persen Pembelajaran Tatap Muka Mulai Minggu Depan." *eduwara.com*, January 3, 2022.
- Siedlecki, Karen L., Timothy A. Salthouse, Shigehiro Oishi, and Sheena Jeswani. "The Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Across Age." *Social Indicators Research* 117, no. 2 (June 1, 2014): 561–576.
- Silitonga, Resti Nurhaida. "Hubungan Harga Diri dan Pendapatan dengan Subjective Well Being pada Guru SMA Negeri 1 Sunggal Deli Serdang" (August 29, 2019).
- Sudrajat, Jajat. "Kompetensi Guru Di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Riset Ekonomi dan Bisnis* 13, no. 2 (September 6, 2020): 100–110.
- Sugiarto, Ryan. *Psikologi Raos: Sainifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*. Cetakan pertama. Yogyakarta: Pustaka Ifada, 2015.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Sumakul, Yunita, and Shanti Ruata. "Kesejahteraan Psikologis Dalam Masa Pandemi Covid-19." *Journal of Psychology "Humanlight"* 1, no. 1 (June 10, 2020): 1–7.
- Sunarno, Achmad Baharudin Ashar. "Sikap Pelajar Kawruh Jiwa Menghadapi Pandemi Covid-19." *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science* 4, no. 2 (December 19, 2020).
- Taufiq. "Ajaran Ki Ageng Suryomentaram yang Berguna untuk Anak Muda Masa Kini | kagama.co | Majalah Kagama Online | Halaman 3," n.d. Accessed September 27, 2021. <http://kagama.co/2020/08/25/ajaran-ki-ageng-suryomentaram-yang-berguna-untuk-anak-muda-masa-kini/3/>.
- Toisuta, Donny. "Hubungan Kepuasan Kerja, Stres Guru Dengan Kebahagiaan Guru Pendidikan Agama Sekolah Menengah Di Kota Ambon." *Satya Widya* 33, no. 1 (October 17, 2017): 11–28.

- Usman, Jusmiati. "Konsep Kebahagiaan Martin Seligman." *Rausyan Fikr: Jurnal Ilmu Studi Ushuluddin dan Filsafat* 13, no. 2 (2017): 359–374.
- Victor E. Frankl. *Man's Search For Meaning*. 5th ed. Jakarta: Noura Books, 2019.
- W. Creswell, Jhon. *Research Desingn Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*. Translated by Achmad Fawaid and Rianayati Kusmini Pancasari. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016.
- Wahyono, Poncojari, H. Husamah, and Anton Setia Budi. "Guru Profesional Di Masa Pandemi COVID-19: Review Implementasi, Tantangan, Dan Solusi Pembelajaran Daring." *Jurnal Pendidikan Profesi Guru* 1, no. 1 (April 30, 2020): 51–65.
- Wood, Alex M., Stephen Joseph, and John Maltby. "Gratitude Predicts Psychological Well-Being above the Big Five Facets." *Personality and Individual Differences* 46, no. 4 (March 1, 2009): 443–447.
- Wulan, Dwi Kencana, and Maharany Putri. "Job Demands Dan Workplace Well-Being Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri." *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi* 5, no. 1 (April 30, 2016): 28–38.
- Yuniawati, Rudy, and Nissa Tarnoto. "Pemaknaan School Well-Being Pada Siswa SMP: Indigenous Research." *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya* 2, no. 2 (October 23, 2019): 111–126.
- Zubaihah, Ika. "Kesulitan Guru Dalam Pembelajaran Matematika Secara Daring Di Masa Pandemi." *EDUTAMA* (2021).