

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*)
GURU TAHFIZH AL-QUR'AN YANG MENGAJAR DI SEKOLAH DASAR
BERBASIS ISLAM**



SKRIPSI

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

Disusun Oleh:

Putri Triana Agustina
NIM. 21107010088

Dosen Pembimbing:

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

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : PUTRI TRIANA AGUSTINA
NIM : 21107010088
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan dengan sebenar-benarnya, bahwa skripsi yang berjudul **“Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Guru Tahfizh Al-Qur'an yang Mengajar di Sekolah Dasar Berbasis Islam”** adalah karya murni hasil penelitian, pemikiran, dan penyusunan saya sendiri. Karya ini sepenuhnya bukan hasil plagiasi milik orang lain. Segala sumber yang difungsikan sebagai rujukan telah dicantumkan berdasarkan cara yang sesuai dengan etika penelitian, kaidah ilmiah, dan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab untuk digunakan sebagaimana mestinya sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 23 Agustus 2025

Yang menyatakan,



PUTRI TRIANA AGUSTINA

NIM. 21107010088

NOTA DINAS PEMBIMBING



Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir

Lamp :-

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Putri Triana Agustina

NIM : 21107010088

Judul Skripsi : Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Guru Tahfizh Al-Qur'an yang Mengajar di Sekolah Dasar Berbasis Islam

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

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

Yogyakarta, 23 Agustus 2025

Pembimbing

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

NIP. 19750910 200501 2 003

HALAMAN PENGESAHAN



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-5106/Un.02/DSH/PP.00.9/11/2025

Tugas Akhir dengan judul : KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*) GURU
TAHFIZH AL-QUR'AN YANG MENGAJAR DI SEKOLAH DASAR BERBASIS
ISLAM

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : PUTRI TRIANA AGUSTINA
Nomor Induk Mahasiswa : 21107010088
Telah diujikan pada : Selasa, 09 September 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A

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

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

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

Valid ID: 69129c85a9659



Penguji I

Prof. Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 6912bc1305938



Penguji II

Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 6912a4ac50777

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Yogyakarta, 09 September 2025
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 691d6c3c25c42

MOTTO

ن

“Nun.”

(Q.S. Al-Qalam [52]:1)

“Jadilah atlet Allah yang tangguh”

(Abay Adhitya)

“Tidak harus menjadi yang paling hebat untuk menjadi baik”

(J.S. Khairen)

“Sewajarnya, seperlunya, secukupnya, seharusnya.”

(Putri Triana)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim.

Alhamdulillahillāhi ‘alā kulli hāl, wa fī kulli hālin, wa ni ‘mah.

Karya tulis ini saya persembahkan sebagai jejak kecil atas nikmat yang tak terhingga dari Allah Subhanahu wa Ta’ala, Sang Pemilik Ilmu dan Kehidupan.

Tidak lupa untuk jiwa-jiwa yang selalu mengisi cahaya dalam hidup saya, memberikan dukungan, doa, dan semangat agar terus bertumbuh.

Untuk Ibu, Ayah, Kakak, dan Adik.

Untuk para guru dan dosen yang memberikan ilmu serta teladan.

Untuk teman-teman yang masih membersamai.

Dan untuk setiap jiwa yang pernah hadir dan memberikan makna dalam perjalanan hidup saya.

Tanpa mereka, tidak ada kata berhasil, karena mustahil manusia berjalan sendiri di Bumi ini.

Semoga kita dapat terus bertumbuh, menebar kebaikan, dan mampu mengarungi dunia dengan keikhlasan, pikiran yang jernih, serta hati penuh syukur.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh.

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah *Subhanahu wa Ta'ala* atas limpahan kasih sayang, nikmat, dan kuasa-Nya, serta rahmat shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulisan skripsi yang berjudul ***“Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Guru Tahfizh Al-Qur'an yang Mengajar di Sekolah Dasar Berbasis Islam”***, dapat terselesaikan dengan baik.

Penulisan skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis menyadari bahwa dalam proses akademik hingga penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan doa dari banyak pihak. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res., selaku Ketua Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama masa studi.
5. Ibu Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan waktu, kesempatan, bimbingan, kepercayaan, dan menjadi *role model* yang menginspirasi penulis hingga saat ini.

6. Ibu Prof. Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psikolog., selaku Dosen Penguji I, atas saran yang membangun dan berguna bagi penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.
7. Ibu Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Penguji II, atas saran yang membangun dan berguna bagi penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.
8. Segenap Dosen Program Studi Psikologi yang telah membagikan ilmu serta pengalaman berkesan selama proses perkuliahan dan Staf Akademik yang memberikan bantuan dalam proses administrasi.
9. Kedua orang tua, Ayah Tolip dan Ibu Khotimul Latifah yang telah memberikan kepercayaan kepada penulis, sekaligus menjadi sumber kekuatan, doa, dan kasih sayang yang tidak pernah putus.
10. Kakak dan Adik, Mbak Eva, Mbak Devi, Fanny, Firman, dan Eggha, sebagai teman tumbuh sejak kecil yang tak tergantikan, serta seluruh sanak saudara yang telah memberi dukungan.
11. Ustadz Zaenal Arifin, S.Kom., selaku Kepala Sekolah SD Daarul Qur'an Internasional Tangerang, yang telah memberikan izin, kepercayaan, dan kerja sama dalam proses penelitian.
12. Para informan penelitian, Ustadzah SF, Ustadzah SW, Ustadzah SY, Ustadz MN, dan Ustadz IZ, yang telah bersedia meluangkan waktu, berbagi informasi, dan pengalaman dalam proses pengumpulan data.
13. Para Guru/Ustadz/Ustadzah yang memberikan ilmu, teladan, dan pengingat baik untuk penulis.
14. Sahabat dekat yaitu Indri, sebagai *support system* dalam perjalanan penulis maupun selama proses penelitian.
15. Teman diskusi yaitu Aziza, Kak Putra, Kak Syifa, Alen, Grup "*Ibu-Ibu Kajian*" (Audy dan Yashinta), Grup "*Allahumma Baarik*", Grup "*Bismillah Wisuda*"; teman seperjuangan (Kelas C Psikologi'21); teman tahfizh dan ngaji; teman asistensi; teman komunitas; serta teman Kuliah Kerja Nyata (KKN).

16. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu-per satu, namun pernah menjadi bagian dari proses ini, baik yang jaraknya dekat maupun hanya sebatas senyuman dan sapaan.
17. Terima kasih untuk diri “Putri Triana Agustina”, atas kerja sama, keberanian, usaha, dan doanya. Selamat selalu bertumbuh, hidup, dan menebar manfaat.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan kontribusi positif di bidang psikologi dan menjadi referensi bermanfaat bagi pembaca. Segala kekurangan dari penulisan skripsi ini semata-mata berasal dari keterbatasan penulis. Kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk kesempurnaan karya ini. Sekian.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh.

Yogyakarta, 23 Agustus 2025

Putri Triana Agustina

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
Intisari.....	xv
<i>Abstract</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Studi Literatur.....	13
B. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-Being</i>).....	32
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-Being</i>)	32
2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	34
3. Faktor-Faktor Kesejahteraan Psikologis	38
C. Guru Tahfizh Al-Qur'an	41
1. Pengertian Guru Tahfizh Al-Qur'an.....	41
2. Kompetensi Guru Tahfizh Al-Qur'an.....	42
D. Sekolah Dasar Berbasis Islam.....	46
E. Kerangka Teoritik.....	47

F. Pertanyaan Penelitian	50
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Metode dan Pendekatan Penelitian	51
B. Fokus Penelitian	51
C. Informan dan Setting Penelitian	52
D. Teknik Pengumpulan Data	53
E. Teknik Analisis dan Interpretasi Data	55
F. Refleksivitas Peneliti	56
G. Keabsahan Data Penelitian	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	59
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian	59
1. Orientasi Kancan	59
2. Persiapan Penelitian	61
B. Pelaksanaan Penelitian	63
C. Hasil Penelitian	65
a. Profil Informan	65
b. Gambaran dan Faktor Kesejahteraan Psikologis Guru Tahfizh Al- Qur'an	69
D. Pembahasan	177
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	188
A. Kesimpulan	188
B. Saran	189
DAFTAR PUSTAKA	191
LAMPIRAN	201
<i>CURRICULUM VITAE</i>	569

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Identitas Informan	64
Tabel 2. Pelaksanaan Pengambilan Data.....	64



DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teoritik Kesejahteraan Psikologis Guru Tahfizh Al-Qur'an..	49
Bagan 2. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-Being</i>) Informan SF ...	88
Bagan 3. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-Being</i>) Informan SW ..	112
Bagan 4. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-Being</i>) Informan SY ..	130
Bagan 5. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-Being</i>) Informan MN.	155
Bagan 6. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-Being</i>) Informan IZ...	176
Bagan 7. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-Being</i>) Guru Tahfizh Al-Qur'an...	187



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	202
Lampiran 2. Surat Keterangan Bukti Pelaksanaan Penelitian.....	203
Lampiran 3. Lembar Pernyataan Persetujuan Informan (<i>Informed Consent</i>)	204
Lampiran 4. Pedoman Observasi	209
Lampiran 5. Pedoman Wawancara.....	210
Lampiran 6. Hasil Observasi.....	213
Lampiran 7. Verbatim Wawancara Informan SF	230
Lampiran 8. Coding Data Informan SF.....	247
Lampiran 9. Verbatim Wawancara Informan SW	262
Lampiran 10. Verbatim Wawancara 2 Informan SW	278
Lampiran 11. Coding Data Informan SW	302
Lampiran 12. Verbatim Wawancara Informan SY	336
Lampiran 13. Coding Data Informan SY	356
Lampiran 14. Verbatim Wawancara Informan MN.....	377
Lampiran 15. Coding Data Informan MN.....	414
Lampiran 16. Verbatim Wawancara Informan IZ	446
Lampiran 17. Coding Data Informan IZ	475
Lampiran 18. Kategorisasi (Tematisasi Data Informan).....	496
Lampiran 19. Member Checking	558
Lampiran 20. Dokumentasi.....	563

Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Guru Tahfizh Al-Qur'an yang Mengajar di Sekolah Dasar berbasis Islam

Putri Triana Agustina

21107010088

Intisari

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an yang mengajar di sekolah dasar berbasis Islam dan faktor yang berkontribusi dalam kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an. Informan dipilih berdasarkan kriteria tertentu dan melalui teknik *snowball sampling* sehingga didapatkan lima orang guru tahfizh Al-Qur'an yang aktif mengajar di SD Daarul Qur'an Internasional. Metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi diterapkan dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilaksanakan dengan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi. Temuan penelitian dianalisis menggunakan analisis tematik. *Member checking* dan triangulasi sumber digunakan untuk menguji keabsahan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an di SD Daarul Qur'an Internasional tergambarkan dengan baik melalui lima tema utama, yaitu: 1) pemaknaan dalam profesi, 2) relasi sosial dan dukungan kuat, 3) dinamika emosional dan adaptasi dalam peran, 4) strategi reflektif dan pengembangan diri, serta 5) spiritualitas sebagai landasan profesi. Adapun faktor yang berkontribusi dalam kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an berasal dari dalam dan luar diri. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan dengan memperhatikan aspek psikologis dan spiritual secara menyeluruh dalam konteks profesi guru tahfizh Al-Qur'an di lingkup pendidikan berbasis Islam.

Kata Kunci: Guru Tahfizh Al-Qur'an, Kesejahteraan Psikologis, Sekolah Dasar Islam

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

***Psychological Well-Being of Tahfizh Qur'an Teachers who Teach
in Islamic Primary School***

Putri Triana Agustina

21107010088

Abstract

This study aims to explore the psychological well-being of tahfizh Qur'an teachers who teach in Islamic primary schools and the factors that contribute to the psychological well-being of tahfizh Qur'an teachers. Informants were selected based on certain criteria and through snowball sampling technique, so that five tahfizh Qur'an teachers who actively teach at Daarul Qur'an International Primary School were obtained. A qualitative method with phenomenological approach was applied in this study. Data collection was conducted using interview, observation, and documentation techniques. Research finding were analyzed using thematic analysis. Member checking and source triangulation were used to test the validity of the data. The result of this study indicate that the psychological well-being of tahfizh Qur'an teachers at Daarul Qur'an International Primary School is reflected through five main themes: 1) meaningful experiences in their profession, 2) strong social relationships and support, 3) emotional dynamics and adaptation in their roles, 4) reflective strategies and self development, and 5) spirituality as the foundation of their profession. The factors contributing to the psychological well-being of tahfizh Qur'an teachers originate from both internal and external sources. These findings emphasize the importance of an approach that comprehensively considers psychological and spiritual aspects in the professional context of tahfizh Al-Qur'an teachers within Islamic educational settings.

Keywords: Tahfizh Qur'an Teacher, Psychological Well-Being, Islamic Primary School.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kemakmuran suatu bangsa dapat dilihat dari bagaimana peran pendidikan yang ada di dalamnya (Mukhlis et al., 2024). Dalam agama Islam, pendidikan secara umum bertujuan untuk membentuk pribadi muslim seutuhnya yang ideal, meliputi aspek intelektual, individu, maupun sosial (Panji et al., 2023). Pendidikan Islam merupakan proses yang dirancang secara sistematis untuk mengembangkan kemampuan peserta didik berdasarkan nilai atau norma keislaman (Purnamasari et al. 2023). Selain itu, ajaran agama Islam yang diberikan kepada peserta didik harus sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Al-Hadits (Amanah et al., 2023).

Keberhasilan peserta didik dalam menempuh pendidikan bergantung pada peran salah satu figur kunci dalam sistem pendidikan yaitu seorang guru (Mukhlis et al., 2024). Guru merupakan individu yang memiliki ilmu pengetahuan lebih tinggi dan luas, kemudian ilmu pengetahuan tersebut disampaikan kepada anak didiknya (Fitria et al., 2023). Istiqomah dan Maulidiyah (2022) pun mengartikan guru sebagai seseorang yang mengemban tugas dan tanggung jawab untuk membimbing peserta didik di sekolah atau di luar sekolah secara individu maupun berkelompok.

Guru bertanggung jawab dalam menciptakan pembelajaran yang bermutu untuk mencapai tujuan pembelajaran dengan baik (Akhyar et al.,

2021). Umumnya, seorang guru memiliki gelar yang telah dicapai dengan menempuh pendidikan formal maupun nonformal yang terstandarisasi. Selain itu, kompetensi dalam membimbing, mengajar, melatih, mengevaluasi, dan mampu mengendalikan lingkungan pendidikan yang dihadapi juga perlu dimiliki oleh seorang guru (Fitria et al., 2023). Melalui bimbingan guru, peserta didik diharapkan dapat memperoleh pemahaman materi dan perubahan tingkah laku yang baik (Luthfiyyah et al., 2023).

Saat mengarahkan dan membimbing peserta didik, guru juga perlu menyesuaikan dengan satuan pendidikan masing-masing, termasuk dalam satuan pendidikan berbasis Islam (Istiqomah & Maulidiyah, 2022). Dalam pendidikan berbasis Islam, guru diharuskan untuk selalu mengajarkan nilai-nilai dan etika Islam dalam proses belajar mengajar. Guru pun perlu menunjukkan perilaku sopan santun agar dapat dijadikan teladan bagi muridnya secara tidak langsung. Untuk itu, peran guru dalam konteks pendidikan berbasis Islam sangat penting bagi murid (Ihwani et al., 2023).

Selayaknya lembaga pendidikan pada umumnya, lembaga pendidikan berbasis Islam turut menyediakan berbagai macam program pembelajaran. Salah satu program yang sering dijumpai yaitu program tahfidz Al-Qur'an (Luthfiyyah et al., 2023). Program tersebut bertujuan untuk membentuk generasi masa kini yang berprestasi sekaligus memiliki rasa cinta Al-Qur'an dan berakhlak mulia. Program tahfizh Al-Qur'an merupakan kegiatan menghafal ayat demi ayat dalam Al-Qur'an beserta

maknanya hingga *mutqin* (hafalan kuat) untuk memudahkan penerapan serta pengamalannya (Rakhmawati, 2022).

Pada program tahfizh Al-Qur'an biasanya peserta didik akan dibimbing oleh guru tahfizh. Guru tahfizh Al-Qur'an adalah guru yang bertugas membimbing dan berinteraksi dengan peserta didik dalam kegiatan menghafal Al-Qur'an, sekaligus mengajarkan nilai keislaman (Istiqomah & Maulidiyah, 2022). Seorang guru tahfizh Al-Qur'an harus memahami tentang metode menghafal Al-Quran, memahami ilmu tajwid, dan mampu melafalkan huruf-huruf dari setiap ayat dalam Al-Qur'an sesuai penempatannya (Luthfiyyah et al., 2023).

Di sisi lain, guru tahfizh Al-Qur'an juga menghadapi beragam problematika yang kompleks hingga saat ini. Menurut Istiqomah dan Maulidiyah (2022) dalam penelitiannya memaparkan bahwa peserta didik masih memiliki kendala dalam membaca Al-Qur'an sehingga hal tersebut menjadi masalah guru tahfizh dalam mengajar. Bacaan Al-Qur'an yang belum lancar dapat menyebabkan munculnya kesalahan ketika menghafal setiap *lafazh* dalam Al-Qur'an.

Kendala lain yang kerap dihadapi guru tahfizh Al-Qur'an yaitu motivasi yang kurang dari diri siswa sehingga mengakibatkan hafalan menjadi kurang maksimal. Sementara itu, pengaruh teknologi juga menyumbang dampak negatif bagi siswa yang mempelajari Al-Qur'an. Para siswa seringkali memilih menghabiskan waktu lebih banyak untuk bermain ponsel, video *game*, dan menonton televisi daripada membaca Al-Qur'an

dan menghafalkannya. Hal tersebut mengakibatkan para guru tahfizh di sekolah juga perlu membantu siswa dalam mengatasinya (Mahfudz, 2023).

Selanjutnya, minimnya dukungan dari orang tua turut menjadi tantangan tersendiri bagi guru tahfizh dalam menanamkan nilai-nilai dan etika Islam. Orang tua yang tidak memberikan pengaruh baik dalam hal etika dan nilai akan memunculkan dampak negatif pada tingkah laku anak-anak mereka (Ihwani et al., 2023). Selain dukungan dari orang tua yang minim, kurangnya dukungan dari instansi atau pemerintah masih menjadi permasalahan bagi guru Al-Qur'an. Mereka sering kali belum mendapatkan pengakuan dan apresiasi yang memadai, baik dari segi moral maupun material (Dannur, 2023).

Tidak hanya itu, sedikitnya program pelatihan berkelanjutan yang difasilitasi oleh pemerintah atau instansi swasta juga menjadi salah satu tantangan (Luthfiyyah et al., 2023). Adanya guru Al-Qur'an yang memiliki kompetensi profesional yang rendah menyebabkan mereka kesulitan dalam melaksanakan tugas dan menghadapi dinamika pendidikan yang terus berkembang (Dannur, 2023).

Sementara itu, dalam lingkungan sosial sendiri guru Al-Qur'an seringkali dianggap sebagai individu yang identik dengan karakter positif yang dijadikan panutan bagi masyarakat dalam membentuk nilai-nilai moral dan etika (Fitria et al., 2023). Persepsi masyarakat terkait guru Al-Qur'an juga berdampak pada stereotip positif yang melekat. Hal ini menjadi sebuah beban tersendiri bagi mereka untuk selalu tampil menjadi pribadi sempurna

(Aisyah & Chisol, 2018). Kondisi-kondisi tersebut berpotensi mempengaruhi kesejahteraan psikologis guru yang dapat berdampak pada kualitas dan keberlangsungan pengajaran Al-Qur'an.

Secara global, kajian mengenai kesejahteraan psikologis guru menjadi perhatian yang serius. Menurut Grenville-Cleave dan Boniwell (2012), profesi guru dikenal sebagai profesi yang memiliki *well-being* lebih rendah dibandingkan dengan profesi lainnya. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu adanya ketidakseimbangan antara pekerjaan dengan kehidupan pribadi, tuntutan kerja dalam mendidik siswa maupun memenuhi target akademik, tekanan dari sistem pendidikan, serta permasalahan dengan orang tua siswa.

Zin et al. (2023) meneliti terkait kesejahteraan psikologis pada guru di Malaysia. Hasilnya menunjukkan ketangguhan dan budaya sekolah memiliki hubungan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis para guru di Malaysia. Selain itu, guru perempuan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi daripada guru laki-laki. Temuan lainnya yakni tingkat kesejahteraan psikologis guru di pedesaan lebih tinggi daripada daerah perkotaan, sehingga dalam hal ini faktor jenis kelamin dan kondisi demografi turut mempengaruhi kesejahteraan psikologis guru.

Penelitian lain dari Nurwahyuni et al. (2024) terkait kesejahteraan guru mengaji diperoleh hasil bahwa kesejahteraan psikologis guru mengaji masih membutuhkan perhatian khusus karena hal ini berkaitan dengan

proses belajar mengajar. Guru mengaji yang bekerja dalam kondisi yang kurang baik, maka kegiatan belajar dan mengajar menjadi kurang optimal.

Ghaybiyyah dan Mahpur (2021) menegaskan bahwa saat menghadapi tantangan dalam kegiatan belajar mengajar, guru perlu merasakan bahagia dan sejahtera secara psikologis melalui berbagai cara yang personal agar dapat berfungsi secara optimal. Hal ini menjadikan kesejahteraan psikologis sebagai salah satu hal yang penting untuk diperhatikan oleh guru (Diwanti & Abidin, 2021).

Menurut Ryff (1995), kesejahteraan psikologis diartikan sebagai kondisi psikologis seseorang yang ditandai dengan aspek-aspek psikologis positif yang berfungsi (*positive psychological functioning*) dengan baik. Ryff (1989) memetakan fungsi psikologis tersebut menjadi beberapa dimensi yang berupa dimensi penerimaan diri individu, dimensi hubungan positif dengan orang lain, dimensi kemandirian atau otonomi, dimensi penguasaan lingkungan, dimensi tujuan hidup, dan dimensi pertumbuhan diri. Adapun beberapa faktor umum yang berpengaruh dalam kesejahteraan psikologis individu antara lain yaitu faktor usia, jenis kelamin, status sosial dan ekonomi, dukungan sosial, kepribadian, dan faktor religiusitas.

Berdasarkan penelitian pendahuluan oleh peneliti kepada 14 guru tahfizh Al-Qur'an, diperoleh hasil berupa gambaran awal terkait motivasi, dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, serta tantangan lainnya yang dihadapi selama menjadi guru tahfizh Al-Qur'an. Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat berbagai alasan yang menjadi motivasi guru tahfizh

Al-Qur'an menekuni profesi ini. Sebagian besar motivasi partisipan menjadi guru tahfizh adalah untuk mengamalkan ilmu dan menjaga hafalan pribadi. Beberapa partisipan melibatkan motivasi spiritual seperti karena bekerja dan mengabdikan, serta mendekatkan diri dengan Al-Qur'an. Dengan demikian, nilai religius menjadi alasan kuat dalam menekuni profesi ini.

Selain tantangan yang telah dijabarkan dalam penelitian sebelumnya, guru tahfizh Al-Qur'an juga memiliki tantangan lain yang cukup unik, seperti adanya tuntutan dan target dari lembaga yang tinggi, kemampuan murid yang berbeda, dan adanya kesulitan dalam menjaga hafalan pribadi sehingga menjadi tidak seimbang. Sebagian besar ketidakseimbangan ini disebabkan oleh manajemen waktu yang terbatas dan prioritas yang lebih diberikan kepada hafalan murid dibanding hafalan pribadi. Sementara, untuk dukungan sosial yang dimiliki oleh guru tahfizh sendiri 7 dari 14 partisipan merasa mendapatkan dukungan yang memadai.

Selanjutnya, dari perspektif kesejahteraan psikologis, sebanyak 50% partisipan merasa berada dalam kondisi baik, sementara 42,9% menyatakan cukup, dan 7,1% merasa kurang. Secara umum, para guru tahfizh Al-Qur'an menghadapi tantangan cukup kompleks. Tantangan tersebut dapat memengaruhi beberapa dimensi kesejahteraan psikologis mereka, diantaranya yaitu dimensi penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) dan kemandirian (*autonomy*).

Padahal, dalam penelitian Sarihat (2021) dijabarkan bahwa seseorang yang rutin membaca Al-Qur'an akan merasakan ketenangan dan

ketentraman hati. Kemudian, menurut Satra dan Muarifah (2024) dalam penelitiannya memaparkan individu yang menghafalkan Al-Qur'an memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Hal ini berkaitan dengan adanya rasa kepuasan hidup, merasakan ketenangan, dan stres yang berkurang.

Meskipun demikian, keseluruhan hasil survei awal peneliti memaparkan bahwa guru tahfizh Al-Qur'an mempunyai motivasi spiritual dan religius yang cukup kuat. Religiusitas telah terbukti memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis guru khususnya pada dimensi tujuan hidup (Mulia & Sundari, 2024). Penelitian serupa oleh Setiawan et al. (2021) dengan subjek pengajar bimbingan Al-Qur'an juga menyatakan bahwa religiusitas berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis dengan persentase sebesar 9%.

Sementara, Hanif dan Widiyastika (2024) dalam penelitiannya terkait kesejahteraan psikologis pada generasi Z memaparkan bahwa spiritualitas memiliki hubungan yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis individu dengan koefisien korelasi sebesar 0,486 (23,6%). Kurniati et al. (2023) juga menilai individu dengan tingkat spiritualitas tinggi memiliki kesejahteraan psikologis yang baik 2,8 kali lebih besar daripada individu dengan tingkat spiritualitas rendah.

Dari penjabaran tersebut, penelitian terkait kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Quran menjadi penting untuk dilakukan mengingat adanya tantangan maupun tuntutan yang harus dihadapi dalam mengajar, baik dari

segi moral, ekonomi, maupun sosial. Di sisi lain, minat masyarakat terhadap menghafal Al-Qur'an saat ini mulai meningkat. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya sekolah formal yang menjadikan program tahfizh Al-Qur'an sebagai program unggulan yang wajib. Para guru dan siswa pun diharuskan memiliki kerja sama yang baik untuk meningkatkan kualitas hafalan siswa (Widari et al., 2024).

Sejalan dengan hal ini, peran strategis guru tahfizh Al-Qur'an untuk membentuk generasi Qur'ani sangat dibutuhkan, mengingat kondisi generasi penerus yang cukup memprihatinkan. Didukung dengan data survey dari Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta pada tahun 2022, menunjukkan bahwa 72,55% orang Muslim di Indonesia belum bisa membaca Al-Qur'an dengan benar. Hal ini menjadi tantangan tambahan bagi guru tahfizh Al-Qur'an.

Kajian tentang kesejahteraan psikologis pada guru banyak difokuskan pada konteks guru secara umum dan kajian spesifik mengenai kesejahteraan psikologis pada guru tahfizh Al-Quran masih terbatas sehingga penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan dalam penelitian sebelumnya. Dengan demikian, peneliti bermaksud untuk mengkaji lebih lanjut tentang kesejahteraan psikologis pada guru tahfizh Al-Qur'an, khususnya yang mengajar di sekolah dasar berbasis Islam. Peneliti juga ingin menggali terkait faktor-faktor yang berkontribusi dalam kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an di sekolah dasar berbasis Islam.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, peneliti merumuskan masalah sekaligus memberikan batasan dalam penelitian. Penelitian ini bermaksud untuk mengeksplorasi terkait bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis pada guru tahfizh Al-Qur'an yang mengajar di sekolah dasar berbasis Islam. Selain itu, peneliti melihat faktor-faktor apa sajakah yang berkontribusi dalam kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an yang mengajar di sekolah dasar berbasis Islam.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk memaparkan terkait gambaran kesejahteraan psikologis Guru Tahfizh Al-Qur'an yang mengajar di sekolah dasar berbasis Islam dan faktor-faktor yang turut berkontribusi dalam kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an yang mengajar di sekolah dasar berbasis Islam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi keilmuan di bidang psikologi, khususnya mengenai kesejahteraan psikologis dalam dunia pendidikan. Kajian ini juga diharapkan mampu memperkaya wawasan dalam bidang keilmuan psikologi positif, psikologi pendidikan, psikologi klinis, psikologi industri dan organisasi, serta psikologi Islam.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru Tahfizh Al-Quran

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu guru tahfizh Al-Qur'an dalam mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Manfaat lainnya yaitu dapat dijadikan sebagai refleksi dan memotivasi guru tahfizh Al-Qur'an untuk meningkatkan perhatian terhadap kesejahteraan psikologis yang dimiliki agar mampu menjalani perannya dengan lebih efektif.

b. Bagi Sekolah

Adanya penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan bagi lembaga pendidikan atau sekolah dalam menyusun kebijakan dan program untuk mendukung kesejahteraan psikologis para guru tahfizh Al-Qur'an yang mengajar di sekolah sehingga menunjang produktivitas kerja.

c. Bagi Pembaca

Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sarana memperoleh pemahaman baru terkait kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an dan faktor-faktornya, serta meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil kajian ini dapat dijadikan sebagai sumber rujukan maupun pengembangan untuk peneliti-peneliti selanjutnya yang

tertarik mengkaji topik kesejahteraan psikologis di bidang pendidikan dan bidang lain yang relevan.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ditemukan 5 tema utama yang dapat menggambarkan kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an yang mengajar di sekolah dasar berbasis Islam. Tema-tema tersebut yaitu adanya pemaknaan profesi, relasi sosial dan dukungan, dinamika emosional dan adaptasi dalam peran, strategi reflektif dan pengembangan diri, serta spiritual sebagai landasan.

Guru tahfizh Al-Qur'an memaknai profesinya sebagai bentuk amanah dan ibadah. Kenyamanan secara emosional dan kepuasan dirasakan selama menjalankan peran. Dukungan dari lingkungan dan relasi sosial yang positif dengan para murid, wali murid, serta rekan kerja turut berperan dalam menjaga kesejahteraan psikologis guru tahfizh. Ketika berada situasi yang menantang, guru tahfizh menunjukkan ketangguhan dan upaya untuk bertahan. Strategi adaptif diterapkan dalam mengatasi tantangan melalui beragam inovasi metode pengajaran, pengelolaan waktu, refleksi diri, dan disiplin pribadi.

Spiritualitas menjadi kunci utama dalam membentuk pengalaman kesejahteraan psikologis dan orientasi hidup guru tahfizh. Pengalaman sebagai guru tahfizh Al-Qur'an memberikan hikmah dalam kehidupan guru, sekaligus menjadi ruang mengembangkan diri dan menguatkan identitas pribadi. Nilai pribadi dan profesional semakin diperkuat dengan adanya

berbagai tantangan maupun hambatan dalam mengajar dan menjaga hafalan.

Faktor internal dan eksternal dalam temuan ini membentuk kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an di sekolah dasar berbasis Islam. Faktor internal meliputi adanya kompetensi diri, religiusitas, spiritualitas, sikap optimis, resiliensi, strategi koping, faktor usia, konsep diri, dan kebersyukuran. Sedangkan, faktor eksternal yang berkontribusi dalam kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an yaitu budaya sekolah serta adanya dukungan sosial keluarga dan lingkungan.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih belum sempurna. Oleh karena itu, beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai upaya perbaikan yakni:

1. Bagi Lembaga dan Sekolah

Bagi pihak lembaga maupun sekolah diharapkan terus mengoptimalkan peran strategisnya dalam mendukung kesejahteraan psikologis guru tahfizh Al-Qur'an melalui peningkatan frekuensi program pelatihan guru tahfizh Al-Qur'an dan penyelenggaraan kajian keilmuan, tidak memberikan beban pekerjaan ganda, serta melakukan evaluasi kebijakan pengupahan guru tahfizh Al-Qur'an.

2. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat diharapkan tetap memberikan dukungan, baik secara sosial maupun emosional kepada guru tahfizh Al-Qur'an dan berupaya meningkatkan pemahaman terkait esensi pembelajaran tahfizh Al-Qur'an.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan memperluas kajian terkait kesejahteraan psikologis pada guru tahfizh Al-Qur'an menggunakan metode yang berbeda dan menambahkan variabel pendukung lain, seperti frekuensi pengulangan hafalan (*muroja'ah*), kegiatan *tasmi'* Al-Qur'an, dan sebagainya. Selain itu, diharapkan pula untuk melakukan penelitian terkait kesejahteraan guru tahfizh Al-Qur'an di lembaga pendidikan berbasis Islam lain dan wilayah yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, A., & Chisol, R. (2018). Rasa Syukur Kaitannya dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar. *Proyeksi*, 13(2), 109–122. <https://doi.org/10.30659/jp.13.2.109-122>
- Akhyar, A., Hasbiyallah, H., Hasanah, A., Basri, H., & Ruswandi, U. (2021). Impact of Teacher Welfare on Improving the Quality of Islamic Religious Education. *Ta Dib : Jurnal Pendidikan Islam*, 10(1), 61–72. <https://doi.org/10.29313/tjpi.v10i1.7583>
- Amanah, T. R., Murniyetti, & Nurjanah. (2023). Analisis Program Full Day Terhadap Semangat Belajar Siswa di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT). *An-Nuha: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 74–85.
- An-Nawawi, I. A. Z. Y. B. S. (2011). At Tibyan Fi Adabi Hamalatil Qur'an. In *Darul Minhaj*.
- Andriani, G., & Huwae, A. (2024). Wander Alone : Study of Psychological Well-Being and Loneliness of Students with Disabilities (Merantau Sendiri: Studi Kesejahteraan Psikologis dan Kesepian Mahasiswa Difabel). *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 39(1), 29–52. <https://doi.org/10.24123/aipj.v39i1.5333>
- Anggraini, A. F., Mukhoiyaroh, & Farisia, H. (2022). Kesejahteraan Psikologis Anak Usia Dini dalam Pembelajaran pada Masa Pandemi Covid-19. *Pelangi: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 61–72. <https://doi.org/10.52266/pelangi.v4i1.766>
- Ardiansyah, & Mariyani. (2024). Pengaruh Kepribadian Conscientiousness terhadap Psychological Well-Being pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(4), 5701–5711. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Arwitaningsih, R. P., Dewi, B. F., Rahmawati, E. M., & Khuriyah. (2023). Konsep dan Implementasi Kurikulum Merdeka pada Ranah Rumpun Mata Pelajaran Pendidikan Islam di Sekolah Dasar Islam Terpadu Al Hadi Mojolaban Sukoharjo. *Modeling: Jurnal Program Studi PGMI*, 10(2), 450–468.
- Astiti, S. L. C. I. G. A. A., & Valentina, T. D. (2024). Kesejahteraan Psikologis

- Orang Tua Dengan Anak Berkebutuhan Khusus : Literature Review. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 8214–8228. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative%0A>
- Azhar, P. C. (2019). Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kompetensi Guru Yayasan Haji Maksum Abidin Shaleh Stabat. *Jurnal Sintakis*, 1(1), 1–7. <http://jurnal.stkipalmaksum.ac.id/>
- Azimi, Z. (2024). Motivasi dalam Islam. *Jurnal Tahqiq*, 18(1), 61–69.
- Birt, L., Scott, S., Cavers, D., Campbell, C., & Walter, F. (2016). Member Checking: A Tool to Enhance Trustworthiness or Merely a Nod to Validation? *Qualitative Health Research*, 26(13), 1802–1811. <https://doi.org/10.1177/1049732316654870>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of Extraversion and Neuroticism on Subjective Well-Being: Happy and Unhappy People. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668–678. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.38.4.668>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches. In *SAGE Publications* (Fifth Edit). <https://doi.org/10.4324/9780429469237-3>
- Dannur, M. (2023). Pendampingan Dan Pembinaan Mengajar Al Qur'an Bagi Guru Ngaji Di Desa Sana Daya. *Ngejha: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 264–271. <https://doi.org/10.32806/ngejha.v2i2.362>
- Denzin, N. K. (2009). The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Methods (1st ed.). In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315134543>
- Derang, I., Novitarum, L., & Cindia, P. (2023). Hubungan Spiritualitas dengan Psychological Well-Being pada Siswa SMP Swasta Assisi Medan Tahun 2022. *JCI: Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(7), 2863–2878. <http://bajangjournal.com/index.php/JCI>

- Diwanti, Y. S., & Abidin, Z. (2021). Psychological Well Being Guru Pendidikan Luar Biasa di SLB X Bandung Barat. *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 3(1), 1–21. <https://doi.org/10.36269/psyche.v3i1.278>
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Dan Bimbingan Konseling*, 5(3), 122–131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Farhanna, S., & Tatiyani. (2022). Hubungan Kepuasan Kerja dan Regulasi Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis pada Guru di Komplek Pendidikan Muhammadiyah Kramat Raya Jakarta Pusat. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 2(3), 104–111. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/issue/archive>
- Firmansyah, F., Prestiana, N. D. ., & Setiawan, R. (2024). Kebersyukuran dan Optimisme terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa yang Bekerja. *Soul: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 16(2), 102–110.
- Fitria, Y., Budi, Y. S., Damayanti, F. E., & María-José, C. (2023). Psychological Well-Being of Al-Qur'an Education School Teachers in Banyuwangi. *World Psychology*, 2(2), 105–113. <https://doi.org/10.55849/wp.v2i2.117>
- Frankl, V. E. (2014). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy* (Expanded E). Penguin Group.
- Ghaybiyyah, F., & Mahpur, M. (2021). Dinamika Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer SD Negeri 02 Tiudan, Kecamatan Gondang, Kabupaten Tulungagung. *Jurnal Penyuluhan Agama*, 8(1), 1–18.
- Grenville-Cleave, B., & Boniwell, I. (2012). Surviving or thriving? do teachers have lower perceived control and well-being than other professions? *Management in Education*, 26(1), 3–5. <https://doi.org/10.1177/0892020611429252>
- Hanif, S. I., & Wideasari, A. R. (2024). Peran Spiritualitas dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Pada Generasi Z. *Jurnal Psikologi Insight*, 8(2), 139–146.
- Hardi, N. F., & Sururi, A. M. L. F. (2022). Ketenangan Jiwa dan Psychological

- Well-Being: Studi pada Santri Mahasiswa di Pondok Pesantren. *JPI: Jurnal Psikologi Islam*, 1(2), 1–19.
- Hartini, S., & Hastuti, R. (2024). Kesejahteraan Psikologis Pada Pendidik Pendidikan Anak Usia Dini. *Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan Dan Sosial Humaniora*, 4(1), 56–63. <https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v4i1.2707>
- Hidayat, S., & Agung, Y. R. (2021). Psychological Well-Being Pada Anak-Anak Remaja Panti Asuhan Taslimiyah Kreet (Psychological Well-Being In Teenage Children Taslimiyah Kreet Orphanage). *JIPS: Journal of Indonesian Psychological Science*, 01(01), 55–62.
- Howwit, D. (2016). Introduction to Qualitative Methods in Psychology (Third Edition). In *Pearson Education Limited*. https://opaclib.inaba.ac.id/index.php?p=show_detail&id=3284
- Ihwani, S. S., Jima'ain, M. T. A., & Rashed, Z. N. (2023). The Role Of Teachers In Embedding Islamic Values And Ethics In Education: A Literature Review. *AL-Wijdan: Journal of Islamic Education Studies*, 8(3), 335–342. <https://doi.org/10.58788/alwijdn.v8i3.2466>
- Istiqomah, S., & Maulidiyah, M. (2022). Upaya Guru Tahfiz dalam Meningkatkan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa di Madrasah Aliyah. *Piwulang: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 5(1), 58–76. <http://e-journal.staima-alhikam.ac.id/index.php/piwulang>
- Kosasih, I., Kosasih, E., & Zakariyya, F. (2022). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 127–134.
- Kurniati, D., Gayatri, D., & Natasha, D. (2023). Hubungan Spiritualitas dengan Kesejahteraan Psikologis Pasien Positif Covid-19 di RS Islam Jakarta. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiah*, 18(2), 198–207. <https://doi.org/10.31101/jkk.2444>
- Kurniawan, H., & Ariza, F. N. (2020). Sekolah Islam Terpadu Perkembangan, Konsep, dan Implementasi. *Jurnal Ittihad*, 4(1), 81–88.
- Lestari, D. I., Yunita, R., & Rahmat, N. N. (2023). Hubungan Konsep Diri Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Pasien Hiv/ ids Di Lembaga Cahaya Prolink Kabupaten Probolinggo. *Jurrikes: Jurnal Riset Rumput Ilmu Kesehatan*, 2(2).

<https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i2.1760>

- Lundvall, M., Palmér, L., Hörberg, U., Carlsson, G., & Lindberg, E. (2022). Finding An Existential Place to Rest: Enabling Well-Being in Young Adults. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 17(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/17482631.2022.2109812>
- Luthfiyyah, K., Andriana, E., & Yuliana, R. (2023). Kompetensi Profesional Guru Tahfidz Al-Qur'an di SDIT Khalifah Kota Serang. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 08(1), 2380–2390.
- Mahendika, D., & Sijabat, S. G. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial, Strategi Coping, Resiliensi, dan Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA di Kota Sukabumi. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(02), 76–89. <http://jurnal.stkipalmaksum.ac.id/>
- Mahfudz, M. S. (2023). Peran Guru Tahfidz dalam Meningkatkan Motivasi “Menghafal Al-Qur'an” Siswa Kelas VI MI Islamiyah Al-Wathaniyah. *Mentari: Journal of Islamic Primary School*, 1(3), 131–140.
- Mamta, & Singh, S. (2022). Mediating Effect of Resilience on Spirituality and Psychological Well-being. *Journal of Psychology and Behavior Studies*, 2(1), 36–49. <https://doi.org/10.32996/jpbs.2022.2.1.5>
- Marno, & Idris, M. (2014). Strategi, Metode, dan Teknik Mengajar. In *Ar-Ruzz Media*. Ar-Ruzz Media. <https://balaiyanpus.jogjaprovo.go.id/opac/detail-opac?id=271868>
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research Methods*. Sage Publications.
- Mukhlis, H., Hariri, H., Riswandi, Haenilah, E. Y., Sunyono, Maulina, D., & Fitriadi. (2024). A Current Study of Psychological Well-Being in Educational Institutions: A Systematic Literature Review. *Journal of Education and Learning*, 18(2), 382–390. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v18i2.21136>
- Mukhlisa, V. N., & Nurmina, N. (2024). Hubungan Antara Self-Compassion Dengan Kesejahteraan Psikologis pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kota Padang. In *Trend : International Journal of Trends in Global Psychological Science and Education*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.62260/intrend.v2i1.101>
- Mulia, T. I., & Sundari, A. R. (2024). Pengaruh Religiusitas dan Regulasi Emosi

- Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(1), 47–57. <https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v4i1.3272>
- Novita, D. D., Asyarah, S., & Nazwa, W. S. (2024). Hubungan Religiusitas Dan Psychology Well Being Pada Mahasiswa Perantau Di UIN SU. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1), 55–61. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i1.110>
- Nugraheni, S., Marchela, D. P., Al-Ghozali, S. K., Ahya, M. K., Junaedi, M., & Roesner, M. (2023). Konsep Fenomenologi Edmund Husserl dan Relevansinya dalam Konsep Pendidikan Islam. *Akhlaqul Karimah: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 143–154.
- Nugroho, Y. A. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Psychological Well-Being pada Narapidana Anak di Lapas Kelas 1 Kutoarjo. *Jurnal Basicedu*, 4(1), 36–43.
- Nurwahyuni, Mustari, & Hasan, M. (2024). Analisis Tingkat Kesejahteraan Ekonomi dan Kesejahteraan Psikologis Guru Mengaji Desa Sebagai Pelopor Pendidikan Non-Formal di Desa Sengka, Kecamatan Bontonompo Selatan, Kabupaten Gowa. *PIPS: Penelitian Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1(2), 103–116. <https://doi.org/10.61511/pips.v1i2.2024.1002>
- Panji, A. L., Afendi, A. R., Ramli, A., Sudadi, & Mubarak, A. (2023). Pendidikan Islam dengan Penanaman Nilai Budaya Islami. *Al-Ilmi: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(1), 9–21. <https://doi.org/10.32529/al-ilmi.v6i1.2155>
- Permatasari, D. I., & Wibowo, D. H. (2024). Hubungan Antara Emotion Focused-Coping dengan Psychological Well-Being pada Guru SMK Swasta. *Media Bina Ilmiah*, 18(7), 1685–1704. <https://binapatria.id/index.php/MBI>
- Pradana, H. H., & Prastika, S. D. (2022). Kesejahteraan Psikologis pada Pasangan Pernikahan Dini di Kabupaten Blitar. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 99–107.
- Pribadi, B. M., & Ambarwati, K. D. (2023). Psychological Well-Being Pada Remaja Akhir Korban Perceraian Orang Tua Di Kabupaten Pati. *Innovative: Journal Of Social Science Research Volume*, 3(2), 14889–14901. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

- Purnamasari, I., Rahmawati, Noviani, D., & Hilmin. (2023). Pendidikan Islam Transformatif. *Ihsanika: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(4), 13–22. <https://doi.org/10.59841/ihsanika.v1i4.562>
- Putra, B. N. K., Vipraprastha, T., & Rihayana, I. G. (2024). Produktivitas Kerja Ditinjau dari Berbagai Pengetahuan, Kebahagiaan Karyawan, dan Keterlibatan Karyawan pada PT. Indomarco. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis Jayakarta*, 6(1), 15–25.
- Rahman, F., Abdillah, H. Z., & Hidayah, N. (2020). Determinasi Diri sebagai Prediktor School Well-Being pada Siswa SMP. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 5(1), 94–103.
- Rakhmawati, E. (2022). Kegiatan Tahfidz Sebagai Wujud dalam Membentuk Karakter Anak yang Cinta Al-Qur'an dan Berakhlakul Karimah di MI Mambaul Hikmah Tegal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 2104–2111.
- Ridwan, J., Supraha, W., & Alim, A. (2021). Kompetensi Guru Tahfizh Perspektif Imam An-Nawawi dan Implementasinya di Pondok Pesantren Mahasiswa Dan Sarjana Ulil Albaab Universitas Ibn Khaldun Bogor. *Rayah Al-Islam: Jurnal Ilmu Islam*, 5(2), 264–282.
- Rifa'i, Y. (2023). Analisis Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Pengumpulan Data di Penelitian Ilmiah pada Penyusunan Mini Riset. *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(1), 31–37.
- Riski, Pratiwi, F., & Adib, N. (2022). Manajemen Kesiswaan Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Di Kabupaten Bangka. *Edugama: Jurnal Kependidikan Dan Sosial Keagamaan*, 8(2), 57–77. <https://doi.org/10.32923/edugama.v8i1.2571>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, Or is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–105. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implication for Psychoterapy Research. *Psychoterapy and*

- Psychosomatics*, 65, 14–23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Sari, N., & Abidin, Z. (2022). Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Hafiz Alquran. *JPIB: Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 5(2), 105–122. <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i2.17186>
- Sarihat. (2021). Rahasia Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik. *Maghza Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 6(1), 30–46. <https://doi.org/10.24090/maghza.v6i1.4476>
- Satra, M., & Muarifah, A. (2024). Tinjauan Literatur Tentang Kesejahteraan Psikologis pada Penghafal Al-Qur'an. *Qudwah Qur'aniyah: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Tafsir*, 2(1), 43–60. <https://ejournal.lp2m.uinjambi.ac.id/ojp/index.php/qudwah/index%0ATinjauan>
- Satryo, M. A., Sofiah, D., & Prasetyo, Y. (2023). Psychological Well-Being pada Karyawan: Menguji Peranan Kepemimpinan Transformasional. *Inner: Journal of Psychological Research*, 3(1), 88–99. <https://aksiologi.org/index.php/inner>
- Setiawan, M. S., Eva, N., & Andayani, S. (2021). Religiusitas Dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pengajar Bimbingan Belajar Al-Qur'an Di Universitas Negeri Malang. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 6(1), 94. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v6i1.8999>
- Setiawan, T., & Astuti, K. (2025). Pelatihan Regulasi Emosi sebagai Strategi Meningkatkan Penerimaan Diri Tenaga Pendidikan Tata Usaha Universitas X. *Psycho Idea*, 23(1), 53–64.
- Sloan, M., & Geldenhuys, M. (2021). Regulating Emotions at Work: The Role of Emotional Intelligence in The Process of Conflict, Job Crafting and Performance. *SA Journal of Industrial Psychology*, 47, 1–14. <https://doi.org/10.4102/sajip.v47i0.1875>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research. *SAGE Publications*, 1–232.
- Turut, Y. R., & Riyanto, F. X. E. A. (2025). Penderitaan sebagai Pengalaman Eksistensial dalam Konsep Manusia Partisipan Menurut Gabriel Marcel. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 8(2), 384–393.

- Upenieks, L. (2022). Searching for Meaning: Religious Transitions as Correlates of Life Meaning and Purpose in Emerging Adulthood. *Mental Health, Religion & Culture*, 25(4), 414–434. <https://doi.org/10.1080/13674676.2022.2045264>
- Utami, P. W., & Duryati. (2023). Hubungan Self-Disclosure dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 3435–3442.
- Wahidah, F. R. N., Anjarani, S., Nuraeni, Gunawan, & Pranita, N. (2022). Growth Mindset Guru: Studi Efektivitas Pelatihan Menumbuhkan Growth Mindset pada Guru (Teacher's Growth Mindset: Study of the Effectiveness of Training in Growing Teacher's Growth Mindset). *Indonesian Psychological Research*, 4(2), 78–84. <https://doi.org/10.29080/ipr.v4i2.755>
- Wahyudi, R. M., Lubis, H., & Putri, E. T. (2021). Hubungan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Kota Balikpapan. *Psikoborneo: Jurnal Imiah Psikologi*, 9(4), 820–828. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Wardani, K. B., & Maryam, E. W. (2024). Penyesuaian Diri Santri dan Kesejahteraan Psikologis Sebuah Studi Korelasi. *Pubmedia Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 1–10.
- Waterman, A. S. (1993). Two Conceptions of Happiness: Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678–691. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>
- Westhoff, M., Heshmati, S., Siepe, B., Vogelbacher, C., Ciarrochi, J., Hayes, S. C., & Hofmann, S. G. (2024). Psychological Flexibility and Cognitive-Affective Processes in Young Adults' Daily Lives. *Scientific Reports*, 14, 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-58598-3>
- Widari, I., Pratiwi, I. D., & Kasran. (2024). Upaya Guru Tahfidz dan Siswa dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Siswa Kelas XI di SMA Islam Terpadu Permata Hati Kota Tebing Tinggi. *At-Tarbiyah: Jurnal Penelitian Dan Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 280–284.
- Yuliatun, I., & Karyani, U. (2022). Improving The Psychological Well-Being of Nurses Through Islamic Positive Psychology Training. *Psikohumaniora*:

Jurnal Penelitian Psikologi, 7(1), 91–102.

<https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.10792>

Zin, M. N. I., Sulong, R. M., & Zainudin, Z. N. (2023). Psychological Wellbeing Among Teachers In Malaysia: The Relationship Between Burnout, Resilience, And School Factor. *International Journal of Academic Research in Business and Social Science*, 13(12), 4627–4637.

<https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v13-i12/20350>

