

Bidang unggulan: Pendidikan

LAPORAN PENELITIAN

PSYCHOLOGICAL WELL BEING PENGARUHNYA TERHADAP GURU
BIMBINGAN DAN KONSELING



TIM PENELITI :

ENDANG RIFANI, M.Pd (0619069501)

IMAM ABADAN TAUFIK (202411040)

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL-GHAZALI CILACAP
TAHUN 2020

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN PENELITIAN UNUGHA CILACAP

Judul Penelitian : Psychological Well Being Pengaruhnya Terhadap Guru Bimbingan dan Konseling

Bidang Unggulan : Pendidikan

Ketua Peneliti :

a. Nama Lengkap : Endang Rifani, M.Pd.

b. NIP/NIDN : 0619069501

c. Pangkat/Golongan : Penata Muda TK.1/III/b

d. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

e. Jurusan : Bimbingan dan Konseling

f. Alamat Rumah : Ciduwet, RT/RW 02/03, Ketanggungan, Brebes

g. Telp Rumah/HP : 0856-0000-5277

h. E-mail : endangrifani0@gmail.c

Jumlah Anggota Peneliti : 2 Orang

Jumlah Mahasiswa : 1 Orang

Lama Penelitian : 6 bulan

Jumlah Biaya : Rp 2.500.000,00

Cilacap, 12 Maret 2020



Ketua Program Studi,

Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I
NIDN. 0602019101

Ketua Peneliti,


Endang Rifani, M.Pd
NIDN. 0619069501



Mengetahui,
Kepala LP2M

Fahrur Rozi, M.Hum
NIDN/NIK.951011074

Judul Usulan Penelitian : Psychological Well Being Pengaruhnya Terhadap Guru Bimbingan dan Konseling

1. Bidang Unggulan : Bimbingan dan Konseling

2. Ketua Peneliti :

Nama Lengkap : Endang Rifani, M.Pd.

b. NIP/NIDN : 0619069501

c. Pangkat/Golongan : Penata Muda TK.1/III/b

d. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

e. PS/Fakultas : BK/FKIP

f. Alamat Rumah : Ciduwet RT/RW 02/03, Ketanggungan, Brebes

g. Telp Rumah/HP : 0856-0000-5277

h. E-mail : endangrifani0@gmail.com

Anggota peneliti

No	Nama	Bidang Keahlian	Alokasi Waktu (Jam/ Minggu)
1	Endang Rifani	Bimbingan dan Konseling	10 jam
2	Imam Abadan Taufik	Bimbingan dan Konseling	8 jam
3			
4			

1. Objek penelitian yang diteliti : Guru BK Se-Kabupaten Cilacap

2. Masa pelaksanaan penelitian : 6 bulan

3. Anggaran yang diusulkan : Rp 2.500.000,00

4. Lokasi penelitian : Guru BK Se-Kabupaten Cilacap

5. Institusi lain yang terlibat :

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Endang Rifani, M.Pd
NIDN : 0619069501
Judul Penelitian : *Psychological Well Being* Pengaruhnya Terhadap Guru Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penelitian ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penelitian ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan atas karya orang lain, maka saya bersedia bertanggung jawab sekaligus menerima sanksi.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Ketua Peneliti

Endang Rifani, M.Pd
NIDN. 0619069501

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran yang komprehensif mengenai kesejahteraan psikologis konselor sekolah sebagai tenaga penolong profesional. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis konselor sekolah. Studi ini menemukan bahwa sebagian besar responden belum memahami konsep kesejahteraan psikologis. Namun, mereka melaporkan sebagian besar dimensi kesejahteraan psikologis. Sebagian besar responden mengetahui dimensi hubungan positif dengan orang lain dan penguasaan lingkungan. Sembilan puluh lima konselor sekolah dalam penelitian ini menyadari bahwa kesejahteraan psikologis sangat penting karena mendukung kinerja profesional dan kebahagiaan pribadi mereka. Studi selanjutnya disarankan untuk menyelidiki kesejahteraan psikologis konselor sekolah lebih lanjut dengan menggunakan metode lain, seperti studi kasus, RnD, atau metode campuran. Pembelajaran seperti ini secara tidak langsung dapat meningkatkan pemahaman dan kompetensi konselor sekolah.

Kata Kunci Dasar; Psychological Well Being, Guru Bimbingan dan Konseling

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan Puji syukur ke hadirat Allah SWT, atas berkas Rahmat dan KaruniaNya, Kami dapat menyelesaikan kegiatan **Psychological Well Being Pengaruhnya Terhadap Guru Bimbingan dan Konseling** penelitian ini merupakan perwujudan salah satu Tri Dharma Perguruan tinggi yang dilaksanakan oleh civitas akademika universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Kegiatan ini telah dilaksanakan pada tanggal 15 Januari - Maret 2021. Dalam kesempatan ini, kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yang telah memberikan kemudahan dalam pelaksanaan pengabdian.
 2. LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yang telah memberikan dukungan dan bimbingan dalam pelaksanaan kegiatan penelitian ini.
 3. Guru Bimbingan dan Konseling di SMP/SMA/SMK/MTS/MA Se-Kabupaten Cilacap
- Akhir kata semoga kegiatan penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Cilacap, 12 Maret 2020

Ketua Pelaksana

DAFTAR ISI

Cover	1
Halaman Pengesahan	2
Pernyataan Keaslian Penelitian	4
Abstrak	5
Kata pengantar	6
Daftar isi	7
BAB I PENDAHULUAN	8
BAB II STUDI PUSTAKA	11
BAB III METODE PENELITIAN	14
BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN	16
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	18
DAFTAR PUSTAKA	19
Lampiran-Lampiran	20

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kesehatan mental saat ini lebih diperhatikan. World Health Organization (Grigg & Saxena, 2004) merumuskan bahwa seseorang dengan mental sehat tidak hanya ditandai dengan ketiadaan simtom-simtom psikopatologi dalam dirinya, namun juga ditampakkan dengan tercapainya kondisi well-being. Well-being berarti individu menyadari dan mengembangkan potensi diri, mampu mengatasi situasi menekan, produktif, serta dapat berkontribusi positif dalam masyarakatnya. Berangkat dari penjabaran tersebut, secara internasional perhatian terhadap kondisi kesehatan mental individu mulai berkembang dan diperluas konteksnya hingga merambah pada beragam lingkup kehidupan, salah satunya adalah lingkup pendidikan (Sanyata et al., 2019). Lingkungan sekolah menjadi setting pendidikan yang potensial untuk mendukung terwujudnya kondisi sehat mental bagi seluruh warga sekolah. Perwujudan sekolah sehat mental selaras dengan tujuan utama sekolah yaitu meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang ada di dalamnya (Karyani & Himam, 2016).

Program sekolah sehat mental didukung secara penuh oleh WHO (Grigg & Saxena, 2004) dengan publikasi pendekatan whole school approach, konsistensi perwujudan kesehatan mental di sekolah tidak hanya fokus menangani peserta didik yang mengalami gangguan mental, namun meningkatkan pula kapasitas positif peserta didik dan seluruh personel sekolah dalam mewujudkan psychological well-being, disertai adanya kolaborasi dari seluruh komponen sekolah untuk menciptakan “institusi positif” yang mendukung kesehatan mental. Guru bimbingan dan konseling (BK) sebagai professional helper di sekolah memiliki peran kunci dalam perwujudan program tersebut.

Guru BK sebagai seorang profesional yang menjadi bagian integral dalam proses pembelajaran berkewajiban menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk mewujudkan optimalisasi aspek pribadi, sosial, akademik, dan karier peserta didik (Curry & Milsom, 2018). Oleh karena itu, guru BK sejatinya berkontribusi sebagai professional helper yang menyelenggarakan layanan bantuan guna menunjang terwujudnya kesejahteraan psikologis atau psychological well-being peserta didik. Sebelum berkontribusi secara penuh membantu peserta didik memperoleh

psychological well-being, guru BK sebagai professional helper perlu menyadari dan mengupayakan eksistensi psychological well-being dalam dirinya lebih dahulu. Hal ini selaras dengan pernyataan Corey (2009) bahwa guru BK adalah ‘intrumen primer’ yang harus dipahami secara utuh, dimaknai, dan ditumbuhkembangkan. Guru BK yang paham akan diri seutuhnya, memaknai peran profesional, dan bertumbuhkembang adalah indikator guru BK dengan psychological well-being yang baik. Psychological well-being yang baik menjadi modalitas guru BK menolong peserta didik secara profesional untuk meraih kesuksesan perkembangan pribadi, sosial, akademik, dan karier (Mahomed et al., 2019).

Psychological well-being guru BK dinyatakan sebagai kondisi keberfungsian penuh guru BK secara positif dalam peran profesional dan pencapaian keseimbangan kehidupan personal, ditandai dengan eksistensi enam dimensi psikologis yaitu: self acceptance, environmental mastery, autonomy, positive relations with others, purpose in life, dan personal growth (Ryff, 1989; Purwaningrum et al., 2006). Berkaitan dengan dasar psychological well-being Ryff, guru BK yang sejahtera secara psikologis dapat menunjukkan (1) sikap menerima diri secara positif, termasuk kelebihan dan kekurangan diri, mengembangkan penerimaan positif atas pengalaman masa lalu yang baik atau buruk; (2) kemampuan manajemen lingkungan profesional maupun personalnya, dengan memanfaatkan secara efektif potensi-potensi lingkungan yang ada untuk pengembangan diri serta kompetensi profesional, kemampuan memilih atau menciptakan konteks yang lingkungan kondusif sesuai kebutuhan personal maupun profesional; (3) berpendirian kuat, memiliki prinsip, kemampuan bergerak secara independen tanpa menggantungkan orang lain, kemampuan mengevaluasi diri berdasarkan personal standard, dan berani memegang teguh nilai-nilai dalam diri meski berbeda dari mayoritas; (4) kehangatan dan keramahan dalam interaksi dengan sesama rekan sejawat, peserta didik, maupun pihak sekolah lainnya, kemampuan berkolaborasi, serta membangun hubungan sosial yang penuh empati dan suportif; (5) kepemilikan tujuan hidup baik jangka panjang maupun pendek, termasuk upaya strategis untuk mewujudkan tujuan-tujuan yang ditetapkan, fleksibilitas diri dalam memetakan target-target personal maupun profesional; (6) kemampuan menemukan, memanfaatkan, dan menumbuhkembangkan potensi diri yang ada guna mencapai optimalisasi pribadi dan kompetensi profesional guru BK (Ryff & Singer, 1996; Purwaningrum et al., 2019).

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latarbelakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini yakni bagaimana *psychological well being* dalam mempengaruhi guru bimbingan dan konseling.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yakni untuk mengetahui pengaruh *psychological well being* terhadap guru bimbingan dan konseling.

BAB II

STUDI PUSTAKA

2.1. Psychological Well Being terhadap guru bk

Psychological well-being penting diwujudkan dalam diri guru BK, ketiadaan psychological well-being dalam diri guru BK dapat memperbesar kemungkinan pengalaman negatif yang beresiko dialami guru BK ketika menolong peserta didik sebagai konseli seperti: (1) mengalami burn-out atas rutinitas bertemu peserta didik dalam frekuensi sering, terutama jika peserta didik mengalami masalah cukup berat, misalnya trauma; (2) terjebak dan hanyut dalam masalah peserta didik, sehingga tidak dapat mengontrol emosinya; (3) merasakan keletihan atau kelelahan emosional; dan (4) berkurangnya performa fungsi profesional guru BK (Hendricks, 2008; Shallcross, 2011; Purwaningrum, et al., 2019). Penjabaran tersebut dikuatkan dengan temuan penelitian terdahulu oleh Nur Jannah Bali Mahomed, Ku Suhaila Ku Johari (2020) bahwa profesi guru BK rentan mengalami stres yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti kelelahan yang teramat sangat setelah membantu peserta didik dengan krisis yang berat, bekerja lembur atau overtime, kurangnya kesempatan guru BK untuk memperhatikan diri sepenuhnya, tidak adanya dukungan penuh dari stakeholder di sekolah, kurangnya kemampuan adaptif terhadap tugas-tugas baru, serta demotivasi karena kurangnya apresiasi. Bahkan, ditemukan pula situasi yang sama seperti di Indonesia, beberapa guru BK harus mengerjakan beberapa tugas non BK yang dapat memicu stres kerja (Nur Jannah Bali Mahomed, Ku Suhaila Ku Johari, 2020).

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Dalam penelitian ini, pengumpulan data berbentuk angka-angka, untuk kemudian dianalisis menggunakan statistik. Pada pendekatan kuantitatif ditengarai dengan mengandalkan angka-angka berupa skor sebagai kerangka analisis. Skor yang dimaksud diperoleh dengan menggunakan metode pengumpulan data berupa kuesioner dengan penganalisaan data, hasil yang diperoleh menggunakan perhitungan statistik dengan program aplikasi IBM SPSS Statistics 25 dan Software Process yang dikembangkan oleh Andrew F. Hayes.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni penelitian korelasi dan menggunakan korelasi eksplanatori. Penelitian eksplanatori merupakan penelitian yang menjelaskan hubungan antar variabel (Sugiyono, 2006). Adapun maksud dari penelitian ini nantinya akan menjelaskan mengenai adanya hubungan interaktif atau timbal balik antara variabel yang akan diteliti serta sejauh mana antar variabel saling mempengaruhi. Terkait hal tersebut pada penelitian ini mencari hubungan antara psychological well being dan guru bimbingan dan konseling

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi

Populasi pada penelitian ini yakni seluruh guru Bimbingan dan Konseling yang berada di kabupaten Cilacap.

3.2.2 Sampel

Sampel yang diambil dalam penelitian menggunakan teknik Probability Sampling, teknik ini memberikan peluang yang sama pada setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Cara yang dilakukan ialah menggunakan simple random sampling dimana dalam pengambilan sampel dari anggota populasi secara acak tanpa memperhatikan strata (tingkatan) dalam anggota populasi tersebut. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 150 sampel.

3.2.3 Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara statistik dengan mencari interkorelasi rata-rata dan standar deviasi dari variabel dependen, dan independent. Dalam penelitian ini ingin mengetahui data empiris tentang hubungan antara psychological well being dan guru bimbingan dan konseling. Data yang telah terkumpul dianalisis dengan teknik analisis interaktif menurut Miles & Huberman (Nugrahani, 2014). Pada analisis interaktif, analisis data terjadi secara berkelanjutan dimulai sejak pertama kali pengumpulan data berlangsung hingga peneliti mampu menarik simpulan akhir. Terdapat tiga tahapan dalam analisis data interaktif yakni (1) reduksi data, peneliti melakukan pemusatan tema, pembatasan masalah penelitian, serta membuat catatan penelitian yang mendukung topik penelitian; (2) penyajian data, peneliti menyajikan data hasil reduksi dengan deskripsi yang lengkap dan detail sesuai dengan tema-tema yang telah dibangun, sehingga mempermudah peneliti melakukan penyimpulan; dan (3) penarikan simpulan, peneliti melakukan interpretasi, penangkapan makna, hingga penyimpulan data yang telah disajikan secara sistematis pada proses sebelumnya, tahap ini ditutup dengan pemaparan simpulan akhir oleh peneliti. Pemeriksaan keabsahan data dilakukan peneliti dengan verifikasi melalui diskusi kelompok terfokus (focus group discussion) bersama dosen pembimbing penelitian serta komparasi sumber referensi yang relevan.

BAB IV

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data yang terkumpul dari pelaksanaan survei dengan distribusi instrumen kuesioner terbuka “Identifikasi Psychological Well-Being Guru BK”, peneliti memperoleh tiga temuan yang dapat dideskripsikan dan diinterpretasikan sebagai jawaban atas rumusan masalah pada penelitian ini. Tiga temuan tersebut adalah (1) pemahaman guru BK mengenai psychological well-being; (2) kondisi psychological well-being guru BK berdasarkan pada teori Ryff; (3) identifikasi urgensi perwujudan psychological well-being bagi guru BK.

Temuan pertama, tentang pemahaman guru BK mengenai psychological well-being dapat digambarkan sebagai berikut. Dari 101 responden terdapat 40 responden yang sudah memahami konsep psychological well-being, hal tersebut diperoleh pada mata kuliah saat studi, seminar, dan diskusi dengan rekan sesama guru BK. Terdapat 61 responden yang belum memahami konsep psychological well-being, dimana 43 responden menyatakan keinginan untuk mempelajari lebih dalam tentang psychological well-being ini. Peneliti merasa perlu menyoroti pemahaman guru BK akan psychological well-being. Sebuah pemahaman akan menghantarkan individu, dalam hal ini guru BK pada pemikiran yang ‘mengakar’ dan perilaku tindak lanjut pada lajur yang benar yaitu mewujudkan psychological well-being (Perkins, dalam Wiske, 1997). Berdasarkan pada temuan dari hasil survei tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pemahaman mengenai psychological well-being bagi guru BK perlu ditingkatkan.

Salah satu upaya peningkatan yang dapat dilakukan adalah melalui diseminasi publikasi, sehingga hasil penelitian dapat dibaca oleh para guru BK. Para akademisi bidang BK sudah mempublikasikan beberapa penelitian psychological well-being guru BK yang bertujuan mendeskripsikan dan memperdalam wawasan mengenai psychological well-being guru BK, seperti penelitian terdahulu oleh Purwaningrum, et al. (2019) dengan metode fenomenologi. Pada studi tersebut terungkap bahwa psychological well-being guru BK merupakan kondisi keberfungsian penuh guru BK pada peran profesional maupun personalnya. Guru BK dengan psychological well-being yang baik, mampu menemukan kebermaknaan dan kebahagiaan di tengah kesibukan menjalankan kewajiban-kewajibannya (Purwaningrum, et al., 2019). Pemaknaan yang lain juga diungkapkan bahwa psychological well-being guru BK tercapai jika guru BK mampu menuntaskan kewajiban profesional selaras dengan

upaya menjaga stabilitas psikologis diri, kesehatan fisik, dan pengembangan potensi diri (Purwaningrum, et al., 2019).

Temuan kedua, tentang kondisi psychological well-being guru BK berdasarkan pada teori Ryff. Teori Ryff mengenai psychological well-being berakar dari konsep eudaimonia. Eudaimonia diungkapkan oleh filsuf Yunani Aristoteles sebagai pemenuhan dan perwujudan daimon atau sifat mendasar dalam diri individu melalui proses self-actualization (Purwaningrum, 2016). Konsep eudaimonia ini berbeda dengan konsep hedonic yang berpijak pada kepuasan hidup dan pemenuhan kenikmatan optimal saja, eudaimonia memberikan ruang pula bagi individu untuk becoming a person, mencapai kesejahteraan dengan mewujudkan fully functioning, sehingga kebahagiaan yang dirasakan bukanlah semu semata (Purwaningrum, 2016). Berpijak pada konsep eudaimonia tersebut, Ryff mengembangkan teori psychological well-being. Psychological well-being ini berkaitan erat dengan apa yang dirasakan oleh seseorang mengenai aktivitas dalam kesehariannya, serta mengarah pada pengungkapan perasaan-perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya (Ryff & Keyes, 1995). Teori psychological well-being Ryff lebih lanjut dikembangkan oleh beliau dengan menurunkan dimensi-dimensi psikologis sebagai indikator kondisi psychological well-being individu yaitu self-acceptance, autonomy, positive relations with others, environmental mastery, purpose in life, serta personal growth.

Data hasil penelitian pada temuan kedua dapat digambarkan sebagai berikut. Pertama, dari 101 responden terdapat 95 responden telah memiliki dimensi self acceptance dengan kondisi mereka mampu menerima kelebihan dan kekurangan diri, berupaya menerima kondisi diri dengan penuh kesabaran dan berusaha untuk menjadi lebih baik, serta mampu menerima pengalaman-pengalaman positif maupun negatif yang terjadi selama berkarier sebagai guru BK di sekolah tertentu. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Jung (Ryff & Singer, 2008) self-acceptance sebagai proses dalam aktualisasi diri yang lebih 'kaya' daripada sebuah harga diri, dan melibatkan proses self-evaluation secara berkelanjutan, kesadaran yang baik, termasuk penerimaan akan kelebihan serta kekurangan diri.

Kedua, dari 101 responden terdapat 76 responden sudah memiliki dimensi autonomy. Terdapat 25 responden lainnya masih merasa belum optimal, dengan kondisi masih kerap bingung dalam memutuskan prinsip terutama dalam bekerja serta memiliki paradigma bahwa autonomy yang terlalu kuat justru membuat kesan bahwa

kita menutup diri. Dimensi autonomy dicapai oleh individu yang menunjukkan bahwa dirinya tidak merasa harus selalu terikat dengan tren masyarakat, ketakutan kolektif, dan nilai-nilai tertentu yang diyakini bersama (Ryff, 1989). Satre (Ryff & Singer, 2008) menyatakan bahwa lebih baik seseorang mandiri dan kukuh dalam pendiriannya, tanpa terpengaruh dengan orang lain, hidup dengan dirinya yang sesungguhnya daripada 'menghidupi' bad faith masyarakat. Seperti temuan pada dimensi ini, 76 responden telah memiliki dimensi autonomy, sebagai guru BK mereka mampu menunjukkan sikap independen, dapat menghadapi secara positif tekanan sosial yang muncul, berperilaku dengan mantap dan terkontrol, serta bisa mengevaluasi dirinya dengan personal standards.

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa pemahaman guru BK mengenai psychological well-being masih perlu ditingkatkan. Secara komprehensif dapat dipaparkan bahwa mayoritas responden telah memiliki dimensi-dimensi psychological well-being dalam diri mereka. Kemudian, hampir seluruh responden telah menyadari psychological well-being dengan enam dimensi psikologis di dalamnya penting untuk diupayakan eksis dalam diri guru BK sebagai professional helper di sekolah, karena hal tersebut menjadi modalitas yang kuat guru BK untuk menyelenggarakan layanan BK bagi peserta didik secara optimal dengan tetap mencapai kebermaknaan serta kebahagiaan kehidupan personal.

Peneliti menyampaikan pula rekomendasi bagi peneliti selanjutnya untuk dapat menyelenggarakan penelitian lanjutan yang secara khusus mengangkat topik psychological well-being guru BK dengan mengimplementasikan metode lain seperti studi kasus, research and development, penelitian korelasi, dan mixed method sehingga mendukung diseminasi psychological well-being guru BK di Indonesia yang secara tidak langsung akan meningkatkan kompetensi personal maupun profesional guru BK Indonesia. Bagi Lembaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan (LPTK) dapat memberikan perhatian pada terwujudnya psychological well-being sebagai salah satu luaran proses pembelajaran yang harus dimiliki oleh mahasiswa BK sebagai calon guru BK. Kebijakan, kurikulum, dan proses pendidikan dapat mulai mengintegrasikan untuk mengenalkan serta melatih usaha mewujudkan dimensi-dimensi psychological well-being guru BK.

Daftar Pustaka

- Ardian, M. (2013). Sikap Masyarakat Surabaya Terhadap Program Acara “Pesbukers” di ANTV. *Jurnal E-Komunikasi*, 1(1), 1–11.
- Corey, G. (2009). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California: Thomson Book/ Cole.
- Curry, J. R., & Milsom, A. (2018). ASCA Ethical Standards for School Counselors. *Career and College Readiness Counseling in P–12 Schools*. <https://doi.org/10.1891/9780826136152.ap04>
- Grigg, M., & Saxena, S. (2004). Promoting mental health nursing research in low and middle income countries. *International Nursing Review*, 51(4), 194–195. <https://doi.org/10.1111/j.1466-7657.2004.00268.x>
- Hendricks, C.B. (2008). Introduction: Who Are We? The Role of Ethics in Shaping Counselor Identity, *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 16 (3), 258-260. <https://doi.org/10.1177%2F1066480708317725>
- Karyani, U., & Himam, F. (2016). Merancang Perubahan di Sekolah untuk Menjadi Sekolah yang Mempromosikan Kesehatan Mental. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 48. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v1i1.1782>
- Mahomed, N. J. B., Johari, K. S. K., & Mahmud, M. I. (2019). Coping Strategies and Psychological Well-Being of Guidance and Counselling Teachers in Schools. *Creative Education*, 10(12), 3028–3040. <https://doi.org/10.4236/ce.2019.1012227>
- Nugrahani, (2014). *Metode Penelitian Kualitatif*. Sukoharjo: LPPM Universitas Bantara.
- Nur Jannah Bali Mahomed, Ku Suhaila Ku Johari, M. I. M. (2020). "Psychological Well Being of Mothers of School Counselors. *International Journal of Psychological Rehabilitation*, 24(June).
- Purwaningrum, R. (2016). Urgensi Psychological Well-Being bagi Konselor Sekolah. *SEMINAR ASEAN 2nd PSYCHOLOGY & HUMANITY*, 19–20.
- Purwaningrum, R., Hanurawan, F., Degeng, I. N. S., & Triyono. (2019). A structural model of mindfulness, religiosity, goal setting, social support, self-concept and school counsellor psychological well-being. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 5(4), 12–29.
- Purwaningrum, R., Hanurawan, F., & Nyoman Sudana Degeng, I. (2006). *European Journal of Education Studies School Counselor’s Psychological Well-Being: A Phenomenological Study*. 80–99. <https://doi.org/10.5281/zenodo.2691173>
- Ramadhani, T., Djunaedi, & S, A. S. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well- Being) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 108–115.
- Ramli, M., et al. (2017). *Esensi Bimbingan dan Konseling pada Satuan Jalur, Jenis, dan Jenjang Pendidikan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- 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.
- Ryff, C.D., & Keyes, C.L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited, *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and*

Psychosomatics, 65(1), 14–23. <https://doi.org/10.1159/000289026>

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>

Sanyata, S., Izzaty, R. E., & Gunawan, N. E. (2019). Exploring the Concept of School Mental Health Based on the Prosper Model. *KnE Social Sciences*, 1–13. <https://doi.org/10.18502/kss.v3i17.4644>

Shallcross, L. (2011). Taking Care of Yourself as a Counselor. *Counseling Today*, 30.

Tagela, U. (2020). Gaya Kepemimpinan Kepala Sekolah Dasar dalam Menerapkan Manajemen Berbasis Sekolah pada Sekolah Dasar Negeri / Swasta. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 6(2), 129–135.

Wiske, M.S. (Ed). (1997). *Teaching for Understanding*. California: Jossey-Bass

LAMPIRAN

a. Perkiraan Usulan Anggaran Penelitian

No	Kegiatan	Biaya/ Sat (Rp)	Jumlah Biaya (Rp)
1.	Honorarium		
	E. Ahli materi	300.000	300.000
	F. Ahli bahasa	200.000	200.000
	G. Ahli Instrumen	150.000	150.000
	H. Pengumpulan data	300.000	600.000
2.	Bahan dan Perawatan Penelitian		
	E. ATK	100.000	300.000
	F. Kertas	100.000	200.000
	G. Flash Disk	50.000	100.000
	H. Kuota Data	50.000	200.000
3.	Biaya Perjalanan		
	B. Survey pendahuluan	200.000	200.000
4.	Lain-lain		
	B. Submit jurnal sinta 2	300.000	300.000
JUMLAH			2.500.000
Terbilang : Dua Juta Lima Ratus Ribu Rupiah			

b. Jadwal Kegiatan Penelitian

NO	KEGIATAN	WAKTU / MINGGU									
		1	2	3	4	5-12	13	14	15-19	20-22	23-24
PERSIAPAN PENELITIAN											
1	Studi pustaka										
2	Adaptasi Instrumen Penelitian										
PELAKSANAAN PENELITIAN											
3	Pengambilan data penelitian										
4	Pengolahan data penelitian										
PASCA PENELITIAN											
5	Pembuatan laporan penelitian										
6	Pembuatan jurnal penelitian										

c. Surat Pernyataan Peneliti

SURAT PERNYATAAN PENELITI

Yang bertanda tangan di bawah ini kami:

1. Nama Lengkap : Endang Rifani, M.Pd
NIP/NIDN : 0619069501
Fakultas/ P.S. : Bimbingan dan Konseling
Status dalam Penelitian : Ketua *)
2. Nama Lengkap : Imam Abadan T
NIM : 202411040
Fakultas/ P.S. : Bimbingan dan Konseling
Status dalam Penelitian : Anggota *)

Menyatakan bahwa kami secara bersama-sama telah menyusun proposal penelitian yang berjudul **“Psychological Well Being Pengaruhnya Terhadap Guru Bimbingan dan Konseling”** dengan jumlah dana sebesar Rp. 2.500.000.

Apabila proposal ini disetujui maka kami secara bersama-sama akan bertanggung jawab terhadap pelaksanaan penelitian ini sampai tuntas sesuai dengan persyaratan yang dituangkan dalam Surat Perjanjian Pelaksanaan Penelitian. Demikian Surat Pernyataan ini kami buat dan ditandatangani bersama sehingga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Cilacap, Januari 2021
Ketua Peneliti



Endang Rifani, M.Pd