



# Psychocentrum Review

ISSN 2656-8454 (Electronic) | ISSN 2656-1069 (Print)  
Editor:  Hayu Stevani

Publication details, including author guidelines

URL: <http://journal.unindra.ac.id/index.php/pcr/about/submissions#authorGuidelines>

## Perbedaan Jenis Kelamin Dan Status Pernikahan Dalam Kesejahteraan Psikologis Guru

**Umi Anugerah Izzati<sup>1</sup>, Olievia Prabandini Mulyana<sup>2</sup>,**  
Universitas Negeri Surabaya

---

### Article History

Received : 10 Februari 2021

Revised : 05 Maret 2021

Accepted : 09 Maret 2021

### How to cite this article (APA 6<sup>th</sup>)

Izzati, U. A., & Mulyana, O. P. (2021). Perbedaan Jenis Kelamin Dan Status Pernikahan Dalam Kesejahteraan Psikologis Guru. *Psychocentrum Review*, 3(1), 63–71. DOI: 10.26539/pcr.31567The readers can link to article via <https://doi.org/10.26539/pcr.31567>

### Correspondence regarding this article should be addressed to:

Umi Anugerah Izzati, Universitas Negeri Surabaya, Jl. Lidah Wetan, Lidah Wetan, Kec. Lakarsantri, Surabaya, Jawa Timur 60213, Indonesia,  
E-mail: [umianugerah@unesa.ac.id](mailto:umianugerah@unesa.ac.id)

SCROLL DOWN TO READ THIS ARTICLE



Universitas Indraprasta PGRI (as Publisher) makes every effort to ensure the accuracy of all the information (the "Content") contained in the publications. However, we make no representations or warranties whatsoever as to the accuracy, completeness, or suitability for any purpose of the Content. Any opinions and views expressed in this publication are the opinions and views of the authors, and are not the views of or endorsed by Universitas Indraprasta PGRI. The accuracy of the Content should not be relied upon and should be independently verified with primary sources of information.

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Copyright by Izzati, U. A., &amp; Mulyana, O. P. (2021)

The authors whose names are listed in this manuscript declared that they have NO affiliations with or involvement in any organization or entity with any financial interest (such as honoraria; educational grants; participation in speakers' bureaus; membership, employment, consultancies, stock ownership, or other equity interest; and expert testimony or patent-licensing arrangements), or non-financial interest (such as personal or professional relationships, affiliations, knowledge or beliefs) in the subject matter or materials discussed in this manuscript. This statement is signed by all the authors to indicate agreement that the all information in this article is true and correct.

Original Article

## Perbedaan Jenis Kelamin Dan Status Pernikahan Dalam Kesejahteraan Psikologis Guru

Umi Anugerah Izzati<sup>1\*</sup>, Olievia Prabandini Mulyana<sup>2</sup>

Universitas Negeri Surabaya

---

**Abstrak.** Guru memiliki peran penting dalam dunia pendidikan. Pentingnya peran guru maka perlu mendapat perhatian dalam hal kesejahteraan psikologis. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui perbedaan kesejahteraan psikologis guru ditinjau jenis kelamin dan status pernikahan. Metode penelitian ini termasuk ke dalam penelitian komparatif. Alat pengumpulan data menggunakan instrumen yang berupa skala yaitu skala kesejahteraan psikologis yang disusun berdasarkan teori dari Ryff. Teknik pengambilan data pada penelitian ini menggunakan *Convenience Sampling*. Subjek penelitian ini adalah 120 orang guru sekolah swasta yang bekerja di satu Yayasan. Analisa statistik pada penelitian ini menggunakan anava 2 jalur. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kesejahteraan psikologis guru ditinjau dari jenis kelamin dan status pernikahan. Hasil analisis juga menemukan bahwa rerata skor kesejahteraan psikologi pada guru wanita yang menikah memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dibandingkan guru pria dan guru yang belum menikah.

---

**Keywords:** Kesejahteraan Psikologis, Jenis Kelamin, Status Pernikahan.

Corresponding author: **Umi Anugerah Izzati**, Universitas Negeri Surabaya, Jawa Timur, Indonesia.  
E-mail: [umianugerah@unesa.ac.id](mailto:umianugerah@unesa.ac.id)



This work is licensed under a CC-BY-NC

---

### Pendahuluan

Pendidikan merupakan unsur terpenting dalam membentuk karakter bangsa, dalam mewujudkan hal tersebut diperlukan partisipasi dari berbagai elemen. Salah satu elemen yang menjadi jembatan agar terciptanya pendidikan berkarakter yang berada pada tenaga pendidik atau guru (Winoto et al., 2018). Profesi guru adalah pekerjaan yang sangat mulia, karena memiliki kontribusi yang sangat besar dalam mencetak siswa yang terampil dan berdaya saing. Oleh sebab itu, guru berperan untuk dapat mempersiapkan diri dengan baik dalam menjalankan proses belajar mengajar dan harus memiliki kesehatan mental yang baik agar materi dapat tersalurkan dengan optimal kepada siswa (Zaki, 2018).

Guru yang baik adalah yang memiliki kreativitas, kasih sayang, determinasi diri, komitmen, kekuatan secara fisik dan mental, stabilitas emosi, kemampuan belajar dari pengalaman, percaya diri, inovatif, serta memahami ragam perbedaan individu (Hymes Jr, 1981; Zaki, 2018; Yardley, 1971). Banyaknya tuntutan-tuntutan yang harus diterima oleh guru, membuat sebagian guru mengalami stres berat dan gejala kelelahan, meskipun mereka menyadari bahwa profesi guru sebagai pekerjaan yang sangat bermanfaat (Johnson & Birkeland, 2003; Skaalvik & Skaalvik, 2017). Tingkat stres dan kelelahan yang tinggi di antara guru dapat menimbulkan ketidakpuasan dengan pekerjaan sehingga dapat menurunkan kinerja profesional para guru, sehingga akan berdampak pada prestasi akademik siswa

(Fleming et al., 2013; Spilt et al., 2011). Dalam menciptakan kondisi yang diperlukan agar tetap menjadi guru yang efektif untuk para siswa, maka penting bagi guru untuk fokus pada kesejahteraan psikologisnya (Day & Qing, 2009; Zaki, 2018).

Kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu dalam menerima diri, mengontrol lingkungan eksternalnya, mandiri dalam menghadapi tekanan sosial, menyadari potensi diri dan menyalurkannya secara berkelanjutan, bersosial dan menciptakan hubungan yang positif, serta memiliki target hidup sehingga merasakan kebermaknaan dalam hidup (Ryff & Keyes, 1995). Kesejahteraan psikologis pada individu akan semakin meningkat jika individu tersebut memiliki kesehatan fisik yang prima, dan pola aktivasi otak yang positif (Huppert, 2009; Winefield et al., 2012).

Terdapat enam dimensi utama kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff (1989) yakni: 1) penerimaan diri, yaitu individu mampu mengakui dan menerima dirinya secara keseluruhan, baik di masa sekarang maupun di masa lalu, 2) hubungan positif dengan orang lain, yaitu individu mampu memberikan cinta dan kasih sayang yang kuat kepada orang lain, membangun persahabatan yang erat, serta memiliki empati yang tinggi, 3) tujuan hidup, yaitu individu memiliki niat, arah, maupun tujuan yang positif, sehingga meyakini bahwa kehidupannya bermakna, 4) perkembangan pribadi, yaitu individu mampu menyadari potensi yang dimilikinya dan terbuka akan masukan dan pengalaman, sehingga memunculkan keinginan untuk selalu berkembang, 5) penguasaan lingkungan, yaitu individu mampu memilih serta menciptakan lingkungan dan menyesuaikannya dengan kondisi psikis dalam dirinya, 6) kemandirian, yaitu individu mampu menentukan bagaimana kehidupannya sendiri dengan mengatur perilakunya dan bersikap mandiri.

Tingkat kesejahteraan psikologis yang baik akan menjadikan individu merasa lebih puas dengan hidupnya, menimbulkan kondisi emosional yang lebih positif, mampu menghadapi peristiwa yang buruk, memiliki hubungan yang positif, memiliki tujuan yang jelas, kontrol lingkungan yang baik, dapat menentukan kemauan sendiri tanpa bergantung dengan orang lain, serta mampu mengembangkan dirinya sendiri (Lavina Rosalinda, 2013; Ryff, 1989). Guru dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi lebih mudah melalui masalah dan terhindar dari stres, mampu mengontrol diri serta berinteraksi sosial dengan baik (Deasyanti & Mafazi, 2016).

Sebaliknya, ketika individu memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah akan cenderung mengalami tekanan psikologis yang lebih tinggi (Winefield et al., 2012), serta munculnya gejala mental *illness* dan depresi (Harries et al., 2015; Rahayu & Salendu, 2018). Deasyanti & Mafazi (2016) menambahkan rendahnya kesejahteraan psikologis pada guru dapat menyebabkan kelelahan yang meliputi kelelahan emosional, deperesonalisasi, ataupun merasa kurang profesional sehingga akan melampiaskannya kepada siswa dengan menyalahkan para siswa.

Terbentuknya kesejahteraan psikologis dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Seperti yang dikemukakan oleh Andrews & Robinson (1991; Indryawati, 2014), bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologi yakni faktor demografis meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, ras, status pernikahan, dan pendapatan. Selanjutnya terdapat faktor dukungan sosial, faktor pengalaman hidup, faktor budaya, dan terakhir adalah faktor status sosial ekonomi. Beberapa faktor ini perlu diperhatikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis yang dimiliki para guru.

Jenis kelamin mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis dapat disebabkan karena pada wanita maupun pria memiliki strategi dalam menangani suatu permasalahan dengan cara yang berbeda (Cicognani, 2011). Sedangkan pada status pernikahan, tingkat kesejahteraan psikologis dapat terbentuk karena pernikahan membantu individu menjadi lebih sehat secara fisik maupun psikologis, dengan memberikan efek positif dalam kehidupan, adanya pernikahan yang sehat juga dapat melindungi pasangan dari ancaman stres (Lavina Rosalinda, 2013; Wilson & Oswald, 2005).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti melalui wawancara dengan salah satu pengurus Yayasan, menunjukkan bahwa guru-guru berjenis kelamin wanita lebih menikmati pekerjaan karena merasa pekerjaannya berarti baginya, serta memiliki ikatan kerja yang kuat dengan rekan-rekan di sekolah. Sementara, guru yang telah menikah memiliki sikap yang lebih solutif dan mampu menemukan cara-cara tersendiri dalam mengatasi permasalahan ataupun menyelesaikan pekerjaannya.

Berdasarkan hasil pemaparan latar belakang, maka tujuan yang diangkat dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui mengenai perbedaan kesejahteraan psikologis ditinjau dari jenis kelamin dan status pernikahan. Apakah kesejahteraan psikologis guru akan berbeda jika berdasarkan jenis kelamin dan status pernikahan, atau nantinya justru tidak ditemukan adanya perbedaan. Selain itu, sepengetahuan peneliti, di Indonesia masih belum banyak penelitian yang menguji perbedaan kesejahteraan psikologis dengan meninjaunya dari jenis kelamin dan status pernikahan, serta menggunakan latar belakang instansi pendidikan sebagai *setting* penelitian. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti “Perbedaan kesejahteraan psikologis ditinjau dari jenis kelamin dan status pernikahan pada guru”.

## Metode

Penelitian ini berjenis kuantitatif yang tergolong ke dalam penelitian komparatif, dengan fokus penelitian yakni membandingkan dua atau lebih suatu kondisi tertentu. Adapun variabel yang diangkat adalah kesejahteraan psikologis sebagai variabel bebas dan jenis kelamin serta status pernikahan sebagai variabel terikat.

### Partisipan

Pengambilan data dilakukan pada 120 guru sekolah swasta yang bekerja di satu yayasan. Secara lebih rinci, partisipan penelitian ini adalah 62 guru berjenis kelamin pria serta 58 guru wanita dan sebagian besar responden berstatus telah menikah yakni sebanyak 99 guru serta 21 guru yang belum menikah.

### Prosedur Sampling

Teknik pengambilan data pada penelitian ini menggunakan teknik *Convenience Sampling*. Teknik ini dipilih karena saat pengambilan data didasarkan pada ketersediaan subyek penelitian yang bersedia untuk mengisi.

### Bahan dan peralatan

Alat yang digunakan dalam mengumpulkan data menggunakan instrumen yang berupa skala nominal untuk mengetahui data demografis responden. Pada penelitian ini untuk variabel kesejahteraan psikologis menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang disusun oleh peneliti berdasarkan konsep kesejahteraan psikologis dari (Ryff, 1989), dengan enam dimensi utama yaitu, perkembangan pribadi, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, dan kemandirian. Skala kesejahteraan psikologis kemudian dilakukan uji coba pada 30 guru, memperoleh nilai koefisien reliabilitas sebesar 0.933 yang mana nilai tersebut besar dari 0.6 sehingga dapat dikatakan aitem-aitem pada skala kesejahteraan psikologis bersifat

reliabel. Selanjutnya dilakukan uji validitas dan diperoleh 30 aitem yang valid dari total 36 aitem, dengan daya beda aitem memiliki nilai dari 0.407 sampai dengan 0.775.

### Prosedur

Penelitian ini menggunakan subyek guru sekolah swasta yang bekerja dalam satu yayasan. Jumlah guru yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 150 orang dengan rincian 30 orang digunakan sebagai uji coba alat ukur dan 120 orang dijadikan partisipan penelitian.

Tahap awal diambil data kesejahteraan psikologis guru dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis pada 30 orang guru. Data tersebut digunakan untuk uji coba alat ukur kesejahteraan psikologis. Tahapan selanjutnya analisa data untuk mengetahui daya beda aitem dan reliabilitas. Berdasarkan hasil tersebut dipilih aitem-aitem yang memenuhi ketentuan.

Tahapan selanjutnya adalah melakukan penelitian dengan memberikan skala kesejahteraan psikologis yang sudah memenuhi daya beda aitem dan reliabilitas. Pada skala kesejahteraan psikologis sudah disertai petunjuk cara mengerjakan. Saat pengumpulan data penelitian yang dilakukan secara pengisian *online* maka diperoleh data 120 orang guru yang mengisi skala kesejahteraan psikologis.

### Analisis Data

Untuk menguji perbedaan pada dua kelompok atau lebih maka digunakan anava dua jalur. Data yang telah ditemukan lalu dianalisis menggunakan uji anava 2 jalur dengan bantuan program komputer *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* versi 21. Syarat melakukan uji anava dua jalur adalah uji normalitas dan uji homogenitas. Sebelum uji statistik maka dilakukan terlebih dahulu uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan homogenitas. Hasil uji normalitas dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov diperoleh  $p=0,200$  ( $p>0,05$ ), dengan demikian data pada penelitian berdistribusi normal. Sedangkan untuk uji homogenitas menggunakan *Levene's Test* dengan  $p=0,207$  ( $p>0,05$ ) yang artinya data yang diperoleh adalah homogen.

## Hasil

Penelitian ini ingin mengetahui perbedaan kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin dan status pernikahan pada guru. Berdasarkan hasil analisa pada data kesejahteraan psikologis diperoleh deskripsi statistik sebagai berikut :

Tabel 1. Deskripsi Statistik

Jenis Kelamin	Status Pernikahan	N	Mean	Std. Deviation
Laki-laki	Belum Menikah	15	103,33	14,514
	Menikah	47	118,32	10,382
	Total	62	114,69	13,096
Perempuan	Belum Menikah	6	122,33	5,989
	Menikah	52	123,40	9,483
	Total	58	123,29	9,150
Total	Belum Menikah	21	108,76	15,290
	Menikah	99	120,99	10,194
	Total	120	118,85	12,109

Berdasarkan deskripsi statistik diperoleh informasi bahwa partisipan berjumlah total 120 orang dengan rincian 62 orang laki-laki dan 58 perempuan. Sedangkan apabila ditinjau dari status pernikahan maka 21 orang belum menikah dan 99 orang menikah.

Rerata kesejahteraan psikologis antara laki-laki dan perempuan diperoleh informasi bahwa perempuan memiliki rerata yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Sedangkan terkait status pernikahan didapatkan data bahwa rerata guru yang menikah lebih tinggi dibandingkan guru yang belum menikah. Rerata kesejahteraan psikologis yang paling ditinggi diperoleh oleh kelompok guru wanita yang sudah menikah, sedangkan rerata paling rendah diperoleh oleh guru laki-laki yang belum menikah.

Hasil uji statistik dengan anava dua jalur dilakukan setelah dipastikan bahwa data memenuhi syarat uji normalitas dan homogenitas. Berikut adalah hasil pengujian anava dua jalur antara ara kesejahteraan psikologis, jenis kelamin dan status pernikahan:

Tabel 2. Hasil Uji Anava 2 Jalur

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	4775,901 <sup>a</sup>	3	1591,967	14,571	,000
Intercept	797737,872	1	797737,872	7301,719	,000
JK	2118,285	1	2118,285	19,389	,000
Status	941,444	1	941,444	8,617	,004
JK * Status	707,111	1	707,111	6,472	,012
Error	12673,399	116	109,253		
Total	1712488,000	120			
Corrected Total	17449,300	119			

a. R Squared = ,274 (Adjusted R Squared = ,255)

Hasil uji beda terkait kesejahteraan psikologis ditinjau dari jenis kelamin menghasilkan  $F=19,380$ ,  $p=0,000$ ;  $p<0,05$  yang berarti bahwa hasilnya signifikan. Artinya ada perbedaan kesejahteraan psikologis antara pria dan wanita. Sedangkan uji beda tentang kesejahteraan psikologis berdasarkan status pernikahan menunjukkan bahwa  $F=8,617$ ,  $p=0,004$ ;  $p<0,005$  yang artinya menyatakan bahwa ada perbedaan kesejahteraan psikologis antara guru yang menikah dan belum menikah. Hal ini sejalan dengan hasil uji anava dua jalur yang menghasilkan  $F=6,472$ ,  $p=0,05$ ;  $p<0,05$  yang mengindikasikan bahwa ada perbedaan kesejahteraan psikologis guru ditinjau dari jenis kelamin dan status pernikahan.

## Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan kesejahteraan psikologis ditinjau dari jenis kelamin dan status pernikahan pada guru. Berlandaskan dari hasil analisis data yang dilakukan pada 120 guru di yayasan pendidikan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu “terdapat perbedaan kesejahteraan psikologis jika ditinjau dari jenis kelamin dan status pernikahan pada guru”. Jika ditinjau dari jenis kelamin, kesejahteraan psikologis pada guru wanita memperoleh skor rerata lebih tinggi daripada guru pria. Sedangkan jika ditinjau dari status pernikahan, guru yang sudah menikah mendapatkan skor rerata yang lebih tinggi dibandingkan guru yang belum menikah.

Berkesinambungan dengan hasil penelitian dari Ii & College (2014) berjudul “*Psychological capital and well-being among teachers-A study on gender differences*”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menilai pengaruh gender pada *psychological capital* dan kesejahteraan psikologi di antara guru laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara guru wanita dan guru pria dalam tingkat kesejahteraannya, dimana guru wanita memiliki kesejahteraan yang lebih tinggi daripada guru pria. Penelitian lain ditambahkan oleh Akher (2015), dalam penelitiannya yaitu

“*Psychological well being in students of gender difference*”. Tujuan penelitiannya adalah untuk menyelidiki kesejahteraan psikologi pada gender yang berbeda, dan dilakukan kepada siswa. menemukan terdapat perbedaan kesejahteraan psikologis yang signifikan antara wanita dan pria, serta wanita memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan pria pada tingkat kesejahteraan psikologis. Akhter (2015), dalam penelitian dengan topik yang serupa yaitu “*The psychological well-being among government and non government school teachers: a comparative study*” oleh Vaghela (2014) bertujuan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis antara guru di sekolah negeri dan swasta. Ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis guru di sekolah negeri dan sekolah swasta, namun terjadi perbedaan yang signifikan pada kesejahteraan guru wanita dan guru pria. Dimana guru wanita memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi dibandingkan guru pria.

Adanya kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi pada guru wanita dapat disebabkan karena guru pria lebih mudah merasakan kejenuhan (*burnout*) saat menjalankan profesinya dibanding guru wanita (Celik & Tabancali, 2012). Guru wanita lebih menikmati waktunya saat mengajar dan mereka memiliki keterampilan yang lebih baik dalam membangun hubungan dengan para siswa (Spilt et al., 2012). Hal ini dikarenakan bahwa mengajar telah dipandang sebagai profesi yang sejajar dengan peran keibuan, menjadikan guru wanita cenderung telah menguasai kemampuan secara alamiah dalam mendidik dan membentuk moral para siswa (Sari & Bektas, 2016).

Penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan kesejahteraan psikologis jika dilihat dari status pernikahan. Dimana guru yang telah menikah mendapatkan skor rata-rata lebih tinggi dibandingkan guru yang belum menikah. Mehdinezhad (2012) dari hasil penelitiannya yang berjudul “*Relationship between high school teachers’ wellbeing and teachers’ efficacy*” juga mendukung hasil penelitian ini. Penelitian Mehdinezhad (2012) dilakukan pada guru-guru yang berada di sekolah menengah atas, dengan tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan guru sekolah menengah atas dengan *self-efficacy*, pada penelitian ini juga melakukan analisis perbandingan (uji-t) antara kesejahteraan guru dengan faktor demografis salah satunya yaitu status pernikahan. Ditemukan bahwa terdapat perbedaan kesejahteraan guru antara yang berstatus menikah dan yang belum menikah, dimana guru yang telah menikah memiliki kesejahteraan yang lebih tinggi daripada yang belum menikah. Hal ini disebabkan karena guru yang telah berkeluarga mendapatkan nilai kebahagiaan yang lebih tinggi.

Hasil yang sama ditemukan Soulsby & Bennett (2015) dengan judul penelitian “*Marriage and psychological well being: The role of social support*”, memaparkan bahwa individu yang belum menikah ataupun yang mengalami perceraian, memiliki kesejahteraan psikologis yang jauh lebih buruk dibandingkan individu yang telah menikah. Perbedaan ini dapat disebabkan karena bagi individu yang telah menikah memiliki dukungan sosial yang lebih besar, sehingga memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya. Reneflot & Mamelund (2012) dalam penelitiannya yang serupa yaitu “*The association between marital status and psychological well-being in Norway*” yang bertujuan untuk mengamati bagaimana tingkat kesejahteraan psikologis individu yang telah menikah, yang tinggal bersama namun tanpa ada ikatan pernikahan, dan yang belum menikah. Hasil yang ditemukan bahwa individu yang berstatus telah menikah dan yang tinggal bersama tanpa ikatan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis lebih tinggi daripada yang belum menikah. Namun, individu orang yang telah menikah dan yang tinggal bersama namun status belum pernah menikah sebelumnya ataupun telah bercerai hasilnya tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi dialami bagi individu yang telah menikah.

Pernikahan memiliki norma-norma sosial yang kuat dalam mengatur kehidupan berkeluarga, adanya aturan yang jelas dan memberikan batasan dalam memilih perilaku tersebut dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Selain itu, pernikahan juga memiliki kontrol sosial dimana dengan adanya kontrol tersebut dapat menahan dan menjaga aktifitas sehari-hari individu sehingga kehidupan akan menjadi lebih kondusif yang pada akhirnya mengurangi tingkat stres dan kecemasan (Reneflot & Mamelund, 2012). Ketika individu telah menjalani hubungan pernikahan maka akan memberikan individu tersebut perasaan kesejahteraan psikologis maupun subjektif,

kebermaknaan dalam hidup, dukungan emosional, maupun memberikan penguatan dan dukungan antara kedua pihak (Hsu & Barrett, 2020). Ho (2015) menambahkan bahwa individu yang menikah cenderung memiliki lebih banyak perasaan bahagia, mengurangi gejala depresi, serta menurunkan keinginan dan upaya untuk bunuh diri, hal-hal tersebut yang akhirnya menghasilkan kesehatan dan kesejahteraan psikologis menjadi lebih baik.

Hal ini sesuai dengan fenomena yang sebelumnya telah ditemukan dan dipaparkan pada studi pendahuluan, dimana guru-guru wanita memiliki kesejahteraan psikologis lebih tinggi jika dibandingkan dengan guru pria. Beberapa bentuk karakteristik guru wanita saat bekerja, yang telah ditemukan dalam penelitian ini yaitu guru membina hubungan interpersonal yang hangat dan baik dengan rekan kerjanya, terbuka dengan pengalaman-pengalaman baru dan mau belajar, mampu menemukan solusi sendiri atas permasalahannya dan mengatasi permasalahan dengan bijak, serta memandang dirinya dengan lebih positif.

Hasil ini berkaitan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ilgan et al., (2015) “*The relationship between teachers’ psychological well-being and their quality of school work life*”, bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas kehidupan kerja di sekolah dan kesejahteraan psikologis guru sekolah negeri. Penelitian ini juga melakukan komparasi kesejahteraan psikologis guru dengan variabel demografis seperti gender, status pernikahan dan materi pelajaran. Ilgan et al., (2015) menemukan terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kesejahteraan psikologis antara guru wanita dan guru pria, dimana guru wanita memiliki persepsi terhadap kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi daripada guru pria. Selain itu, guru yang telah menikah juga memiliki persepsi kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibanding guru yang belum menikah.

## Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis yang signifikan ditinjau dari jenis kelamin pada guru. Berdasarkan hasil analisis atas pengujian *independent sample t-test* responden wanita dan responden yang sudah menikah masing-masing mendapatkan skor rata-rata lebih tinggi dibandingkan responden pria dan responden yang belum menikah.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, yaitu jumlah subjek penelitian yang masih sedikit dan hanya dilakukan pada salah satu lingkup guru-guru yang bekerja di salah satu yayasan. Penelitian selanjutnya yang tertarik dengan topik yang sama, dapat memperbesar jumlah subjek penelitiannya dan melihat variabel lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada pengurus yayasan, guru-guru dan semua pihak yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

## Daftar Pustaka

- Akhter, S. (2015). Psychological well-being in student of gender difference. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(4), 153–161.
- Andrews, F. M., & Robinson, J. P. (1991). Measures of subjective well-being. *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes*, 1, 61–114.
- Celik, K., & Tabancali, E. (2012). Job/working life quality of teachers working in private

- education institution. *Mediterranean Journal of Educational Research*, 6(11), 31–38.
- Cicognani, E. (2011). Coping Strategies With Minor Stressors in Adolescence: Relationships With Social Support, Self-Efficacy, and Psychological Well-Being. *Journal of Applied Social Psychology*, 41(3), 559–578. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2011.00726.x>
- Day, C., & Qing, G. (2009). Teacher emotions: Well being and effectiveness. In *Advances in Teacher Emotion Research: The Impact on Teachers' Lives* (pp. 15–31). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-0564-2\\_2](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-0564-2_2)
- DEASYANTI, D., & MAFAZI, A. (2016). Efikasi Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Smp. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 5(2), 77–84. <https://doi.org/10.21009/jppp.052.04>
- Fleming, J. L., Mackrain, M., & LeBuffe, P. A. (2013). Caring for the caregiver: Promoting the resilience of teachers. In *Handbook of Resilience in Children: Second Edition* (pp. 387–397). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4\\_22](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_22)
- Harries, J., Ng, K. Y. Y., Wilson, L., Kirby, N., & Ford, J. (2015). Evaluation of the Work Safety and Psychosocial Wellbeing of Disability Support Workers. *Australasian Journal of Organisational Psychology*, 8. <https://doi.org/10.1017/orp.2015.9>
- Ho, J. H. (2015). The problem group? Psychological wellbeing of unmarried people living alone in the Republic of Korea. *Demographic Research*, 32(1), 1299–1328. <https://doi.org/10.4054/DemRes.2015.32.47>
- Hsu, T. L., & Barrett, A. E. (2020). The Association between Marital Status and Psychological Well-being: Variation across Negative and Positive Dimensions. *Journal of Family Issues*, 41(11), 2179–2202. <https://doi.org/10.1177/0192513X20910184>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Hymes Jr, J. L. (1981). Teaching the child under six (3rd. ed.). In *Columbus, OH: Merrill*.
- Ii, M. A., & College, D. A. V. (2014). Psychological Capital and Well-Being Among Teachers-A Study on Gender Differences Keywords Nayanika Singh Aadi Garg. *Indian Journal of Applied Research*, 4(November), 426–428.
- Ilgan, A., Özü-cengiz, Ö., Ata, A., & Akram, M. (2015). The relationship between teachers' psychological well-being and their quality of school work life Öğretmenlerin okul iş yaşamı kaliteleri ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(2), 159–181.
- Indryawati, R. (2014). Kesejahteraan Psikologis Guru Yang Mendapatkan Sertifikasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 7(2), 99157. <https://doi.org/10.35760/psi>
- Johnson, S. M., & Birkeland, S. E. (2003). Pursuing a “Sense of Success”: New Teachers Explain Their Career Decisions. *American Educational Research Journal*, 40(3), 581–617. <https://doi.org/10.3102/00028312040003581>
- Lavina Rosalinda, L. (2013). Who Have Higher Psychological Well-Being? a Comparison Between Early Married and Adulthood Married Women. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 2(2), 83–95. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v2i2.3736>
- Mehdinezhad, V. (2012). Relationship between High School teachers' wellbeing and teachers' efficacy. *Acta Scientiarum. Education*, 34(2), 233–241.
- Rahayu, P. P., & Salendu, A. (2018). Peran Obsessive Passion Sebagai Mediator Dalam Hubungan Antara Tuntutan Pekerjaan Dan Kesejahteraan Psikologis Di Tempat Kerja. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(3), 231–247. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v10i3.18809>
- Reneflot, A., & Mamelund, S.-E. (2012). The association between marital status and psychological well-being in Norway. *European Sociological Review*, 28(3), 355–365.
- 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., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719.
- Sari, M., & Bektas, N. H. (2016). Analyzing teachers' perceptions of "female teacher" and "male teacher" within traditional gender roles Fatma BASARIR. *International Journal of Education and Research*, 4(3), 205–224.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2017). Still motivated to teach? A study of school context variables, stress and job satisfaction among teachers in senior high school. *Social Psychology of Education*, 20(1), 15–37. <https://doi.org/10.1007/s11218-016-9363-9>
- Soulsby, L. K., & Bennett, K. M. (2015). Marriage and Psychological Wellbeing: The Role of Social Support. *Psychology*, 06(11), 1349–1359. <https://doi.org/10.4236/psych.2015.611132>
- Spilt, J. L., Koomen, H. M. Y., & Jak, S. (2012). Are boys better off with male and girls with female teachers? A multilevel investigation of measurement invariance and gender match in teacher-student relationship quality. *Journal of School Psychology*, 50(3), 363–378. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2011.12.002>
- Spilt, J. L., Koomen, H. M. Y., & Thijs, J. T. (2011). Teacher wellbeing: The importance of teacher–student relationships. *Educational Psychology Review*, 23(4), 457–477.
- Vaghela, K. (2014). The Psychological Well-Being among Government and Non Government School Teachers: A Comparative Study. *International Journal of Indian Psychology*, 2(1), 0–7. <https://doi.org/10.25215/0201.071>
- Winefield, H. R., Gill, T. K., Taylor, A. W., & Pilkington, R. M. (2012). Psychological well-being and psychological distress: is it necessary to measure both? *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 2(1), 3. <https://doi.org/10.1186/2211-1522-2-3>
- Winoto, W. I., Mariyanti, S., & Safitri, M. (2018). *Gambaran Psychological Well-Being Guru Yayasan Pendidikan Swasta Jakarta Utara*. 1–6.
- Zaki, S. (2018). Enhancing Teacher Effectiveness Through Psychological Well-Being: A Key to Improve Quality of Teachers. *Journal Homepage: International Journal of Research in Social Sciences*, 8(7), 2249–2496.