

Menjaga Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer: Peran Harga Diri dan Optimisme di Kabupaten Karawang

Desi Martiya Prihatin^{1*}, Wina Lova Riza², Devi Marganing Tyas³
^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia.

Article Info

Article history:

Received Juni, 2025
Revised Juni, 2025
Accepted Juni, 2025

Kata Kunci:

Harga Diri, Optimisme,
Kesejahteraan Psikologis,
Guru Honorer, Karawang

Keywords:

Self-Esteem, Optimism,
Psychological Well-Being,
Honorary Teacher, Karawang

ABSTRAK

Guru honorer di Indonesia, khususnya di Kabupaten Karawang, kerap menghadapi tantangan psikologis seperti status pekerjaan yang tidak tetap, penghasilan rendah, serta kurangnya penghargaan atas kontribusi mereka. Keadaan tersebut bisa memengaruhi kondisi psikologis mereka. Tujuan penelitian ini yakni untuk menggali bagaimana optimisme dan harga diri mempengaruhi kesehatan psikologis guru honorer. Pendekatan yang diterapkan merupakan kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi linear berganda. Sampel penelitian berjumlah 204 orang yang dihimpun menggunakan strategi *insidental sampling*. Alat ukur penelitian ini menggunakan tiga instrument adopsi skala baku, yaitu *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (RPWB), *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), dan *Life Orientation Test-Revised* (LOT-R) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia. Temuan penelitian mengindikasikan adanya pengaruh signifikan antara harga diri dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis, memiliki tingkat signifikansi 0,000 yang berarti hasilnya sangat signifikan secara statistik. Hasil uji koefisien determinasi (*R Square*) mengindikasikan bahwa kedua variabel independen tersebut memberikan kontribusi sebesar 61% terhadap kesejahteraan psikologis.

ABSTRACT

Honorary teachers in Indonesia, especially in Karawang Regency, often face psychological challenges such as irregular employment status, low income, and lack of appreciation for their contributions. This situation can affect their psychological state. The purpose of this study is to explore how optimism and self-esteem affect the psychological health of honorary teachers. The approach applied is quantitative using multiple linear regression analysis. The research sample amounted to 204 people who were collected using incidental sampling strategies. This research measuring tool uses three standard scale adoption instruments, namely *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (RPWB), *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), and *Life Orientation Test-Revised* (LOT-R) which have been translated into Indonesian. The findings of the study indicated a significant influence between self-esteem and optimism on psychological well-being, having a significance level of 0.000 which means that the results are very statistically significant. The results of the determination coefficient test (*R Square*) indicated that the two independent variables contributed 61% to psychological well-being.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Name: Wina Lova Riza, M.Psi., Psikolog

Institution: Universitas Buana Perjuangan Karawang

Email: w.lovariza@gmail.com**1. PENDAHULUAN**

Guru terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran bersama siswa, guru memegang peranan penting dalam mewujudkan pendidikan yang bermutu. Sebagaimana tercantum dalam UU No. 14 Tahun 2005, guru merupakan tenaga pendidik kompeten yang selain memberikan pendidikan, juga bertugas mengarahkan proses, mengembangkan kemampuan, serta meninjau hasil kemajuan siswa. Di Indonesia, guru terbagi menjadi dua golongan, yaitu tenaga honorer dan guru berstatus ASN (Aparatur Sipil Negara).

Guru ASN adalah pendidik yang ditugaskan pada sekolah tertentu, berstatus paling rendah sebagai kandidat Aparatur Sipil Negara (ASN) dalam tahap Calon Pegawai Negeri Sipil (CPNS), dan menerima upah tetap dari pemerintah, sesuai dengan Peraturan Pemerintah Nomor 48 Tahun 2005 Pasal 1 (1). Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara (APBN) atau Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah (APBD) merupakan sumber pendapatan bagi guru honorer, yaitu pendidik yang ditunjuk oleh Pejabat Pengawas Kepegawaian atau instansi pemerintah lainnya untuk melaksanakan tugas tertentu. Perbedaan status ini tidak hanya berdampak pada hak administratif, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap tingkat kesejahteraan guru, terutama dalam aspek psikologis.

Salah satu fenomena yang menonjol terjadi di Kabupaten Karawang, di mana guru honorer mengalami ketimpangan dalam hal pendapatan, pengakuan, dan perlindungan kerja dibandingkan dengan guru PNS, meskipun memiliki beban kerja yang serupa. Berdasarkan data PGRI Karawang tahun 2024, menyebutkan jumlah guru honorer dari 2300 guru honorer hanya 281 yang masuk seleksi Pegawai Pemerintah dengan Perjanjian Kerja (P3K) dan masih menunggu SK pengangkatan. Sementara itu, sebanyak 30% guru ASN akan memasuki masa pensiun pada tahun 2025, memperbesar beban kerja guru honorer yang belum memiliki jaminan kesejahteraan memadai (Bahtiar, 2024).

Perbedaan status sebagai pegawai negeri atau honorer berdampak langsung pada selisih penghasilan yang diterima oleh para guru. Meskipun kebijakan pemerintah melalui UU No. 5 Tahun 2014 telah mengarah pada penghapusan tenaga honorer dan peralihan ke sistem PPPK, Fakta di lapangan menunjukkan bahwa banyak guru honorer di daerah masih memperoleh upah yang berada jauh di bawah standar Upah Minimum Regional (UMR), bahkan hanya sekitar Rp500.000 per bulan. Keadaan tersebut mengharuskan sejumlah guru honorer menjalani pekerjaan tambahan agar dapat memenuhi kebutuhan ekonomi mereka, sebagaimana dikemukakan Gunawan dan Hendriani (2020) yang menyatakan bahwa rendahnya pendapatan menyebabkan guru honorer kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar serta mengalami tekanan psikologis yang signifikan. Tuntutan akan kebutuhan sehari-hari, beban berat yang dialami, dan keinginan untuk mengembangkan potensi diri telah mengakibatkan guru honorer harus membagi perhatian peran sebagai pendidik serta mengembangkan kemampuan potensi diri mereka sendiri. Kondisi ini mendorong guru honorer untuk berupaya keras demi mencukupi kebutuhan hidup mereka dan meraih kesejahteraan (Aisyah & Chisol, 2020).

Permasalahan ini tidak hanya memengaruhi kondisi finansial, tetapi juga turut berdampak pada aspek psikologis guru honorer. Hasil studi oleh Setiawan dan Budiningsih (2014) menemukan bahwa sebagian besar tenaga pengajar tidak tetap memiliki kesejahteraan psikologis dalam kategori sedang hingga rendah, yang berdampak pada semangat kerja dan efektivitas mengajar. Kesejahteraan psikologis yang rendah dapat menurunkan kualitas hubungan dengan siswa,

mengganggu stabilitas emosional, hingga menurunkan performa kerja. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Darmaningtyas dan Surya (dalam Cahyani, 2019) menyebutkan beberapa diantaranya adalah ketimpangan beban kerja dan gaji, risiko pemberhentian tanpa pesangon, tidak adanya perlindungan atas hak maupun kewajiban sesuai ketentuan undang-undang, ditambah dengan beban tugas yang tidak disertai ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai.

Berdasarkan hasil kuesioner prapenelitian yang disebarkan pada tanggal 15 Oktober 2024 di Kabupaten Karawang, sebanyak sepuluh responden melaporkan bahwa 60% responden belum mencapai kondisi mental yang sehat dan seimbang secara optimal. Temuan tersebut mengindikasikan adanya kondisi yang mencerminkan perbedaan tingkat kenyamanan mental dan emosional para tenaga pengajar non-PNS di Kabupaten Karawang. Hal ini tampak pada rendahnya penerimaan diri, kurangnya pertumbuhan pribadi, lemahnya hubungan sosial, serta ketidakmampuan mengelola lingkungan kerja. Guru honorer merasa tidak dihargai, kehilangan motivasi dalam mengajar, dan mengalami ketidakpastian terhadap masa depan mereka.

Sebagaimana dijelaskan oleh Ryff (1995) kondisi ideal dalam kesejahteraan psikologis seseorang tercermin melalui sejumlah karakteristik tertentu, seperti penerimaan diri, pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan, hubungan interpersonal yang sehat, kemandirian, kemampuan mengelola lingkungan, dan arah serta tujuan hidup yang jelas. Ada sejumlah faktor internal dan eksternal yang memengaruhi kesehatan psikologis.

Menurut penelitian Ryff dan Keyes (1995), banyak faktor seperti variasi usia, gender, latar belakang budaya, kondisi sosial ekonomi, jenjang pendidikan, jenis pekerjaan, kedekatan dalam relasi sosial, keberadaan dukungan sosial, serta karakter individu, diketahui turut memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis. Temuan dalam sejumlah studi sebelumnya juga mengindikasikan bahwa sejumlah karakteristik internal, seperti optimisme dan harga diri, memiliki dampak pada kesejahteraan psikologis.

Pandangan positif terhadap diri sendiri dan kehidupan sangat dipengaruhi oleh tingkat harga diri seseorang. Rosenberg et al., (1995) menggambarkan harga diri sebagai evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri, yang melibatkan komponen perasaan (emosi) maupun pemikiran (kognitif). Lesmana (2013) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis dan harga diri berkorelasi positif secara signifikan. Hal ini sesuai dengan temuan Susanti (2013), bahwa individu yang memiliki tingkat harga diri tinggi umumnya memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, baik dalam lingkungan akademis maupun nonakademis. Hasil penelitian Novrianto dan Maretih (2018) yang menemukan bahwa kesehatan psikologis guru honorer sangat dipengaruhi oleh rasa harga diri mereka.

Selain harga diri, optimisme juga menjadi prediktor penting dalam kesejahteraan psikologis. Optimisme didefinisikan oleh Scheier dan Carver (1985) sebagai kecenderungan seseorang untuk mengharapkan hasil yang positif dalam kehidupan. Menurut Trilistyaningrum (2022), orang-orang dalam tahap perkembangan dewasa awal sangat diuntungkan oleh optimisme dalam hal kesejahteraan psikologis mereka. Sementara Augusto-Landa et al., (2011) menunjukkan bahwa optimisme berkorelasi negatif dengan pesimisme dan berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Spanyol. Sementara itu Padhy et al., (2015) mengidentifikasi keterkaitan yang saling menguntungkan antara sikap optimis dan kondisi kesejahteraan mental pada individu yang bekerja di bidang penegakan hukum.

Berdasarkan penjabaran fenomena dan adanya penelitian sebelumnya terdapat gap penelitian yang muncul adalah minimnya kajian yang secara spesifik meneliti kontribusi harga diri dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis guru honorer, khususnya di wilayah Karawang yang memiliki dinamika sosial dan ekonomi tersendiri. Penelitian terdahulu banyak berfokus pada konteks umum tenaga pendidik atau remaja, namun belum banyak yang mengkaji guru honorer di daerah dengan keterbatasan ekonomi yang kuat.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengkaji dampak harga diri dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis guru honorer di Kabupaten Karawang secara bersamaan; (2) menyelidiki dampak harga diri individu yang kesejahteraan psikologis guru honorer

di daerah tersebut; dan (3) mengkaji dampak optimisme terhadap kesejahteraan psikologis guru honorer di Kabupaten Karawang secara terpisah. Selain memberikan dasar bagi pembuat kebijakan untuk membuat intervensi psikologis dan meningkatkan langkah-langkah perlindungan bagi guru honorer, penelitian ini penting sebagai cara untuk menarik perhatian pada kesehatan mental dan kesejahteraan pendidik yang menghadapi ketidakstabilan pekerjaan.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kesejahteraan Psikologis

Menurut Ryff (2013), kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai kondisi kesejahteraan yang dialami seseorang dan ditandai dengan sikap positif terhadap orang lain, diri sendiri, dan lingkungan sekitar. Selain itu, mereka merasa yakin bahwa mereka memiliki tujuan hidup untuk terus berkembang, mampu mengelola kehidupan secara efektif, dan memiliki prinsip. Menurut Ryan dan Deci (dalam Fuady, 2020), kesejahteraan psikologis merupakan suatu pengertian yang terkait dengan fungsi individu yang optimal dan baik. Kemampuan menerima diri sendiri (*self-acceptance*), mengembangkan diri secara berkelanjutan (*personal growth*), membangun hubungan positif dengan orang lain (*positive relationships with others*), mandiri (*autonomy*), mampu mengelola lingkungan secara efektif (*environmental mastery*), dan memiliki arah dan makna hidup yang jelas (*purpose in life*) merupakan komponen kesejahteraan psikologis (Ryff & Keyes, 1995).

2.2 Harga Diri

Konsep harga diri diperkenalkan oleh Rosenberg et al., (1995) sebagai bentuk proses reflektif individu dalam memahami dan menilai dirinya, yang memunculkan sikap penerimaan atau penolakan terhadap aspek-aspek pribadi. Dalam pengembangan teorinya pada tahun 1982, Rosenberg menjelaskan bahwa harga diri mencakup aspek afektif, kognitif, dan evaluatif, serta turut dipengaruhi oleh interaksi sosial, bukan hanya oleh faktor internal psikologis. Mruk (2013) juga menyebutkan bahwa harga diri merupakan sikap seseorang yang terbentuk berdasarkan persepsi terhadap nilai dirinya sendiri, yang bisa bersifat positif atau negatif. Lebih lanjut, Heatherton (dalam Noviantoro & Saloom, 2019) membedakan harga diri ke dalam dua strategi analisis yang dimaksud adalah *global self-esteem* dan *multidimensional self-esteem*. Pendekatan global memandang harga diri sebagai penilaian umum terhadap diri secara keseluruhan, baik dalam aspek penerimaan maupun penolakan diri (Rosenberg et al., 1995).

2.3 Optimisme

Menurut Scheier et al., (1994) mendefinisikan optimisme sebagai bentuk disposisi personal untuk menjaga sikap optimis terhadap peluang dan tantangan yang akan datang. Mereka juga menjelaskan bahwa optimisme merupakan keyakinan bahwa apapun yang dialami individu akan menghasilkan sesuatu yang baik Scheier et al., (dalam Krok, 2015). Sementara itu, Gufron dan Risnawita (2016) menyatakan bahwa optimisme adalah cara pandang individu yang secara umum melihat segala hal dari sisi positif, berpikir optimis, serta memiliki pemahaman yang baik terhadap dirinya sendiri. Menurut Carver dan Scheier (dalam Roellyana & Listiyandini, 2016), optimisme dapat diukur melalui dua aspek utama, yaitu harapan dan tujuan hidup. Sedangkan Aisyah dan Chisol (2020) membagi aspek optimisme menjadi tiga komponen, yakni aspek kognitif, afektif, dan konatif.

3. METODE PENELITIAN

Pendekatan kuantitatif diimplementasikan dalam analisis penelitian ini. Saifuddin (2020), teknik penelitian kuantitatif difokuskan pada pengumpulan informasi dalam bentuk nilai numerik yang diperoleh dari prosedur pengukuran, yang selanjutnya dilakukan analisis statistik. Rancangan penelitian yang diterapkan adalah desain kausalitas, yang memungkinkan peneliti untuk menggunakan data yang tersedia dan mengamati hasilnya untuk menentukan dampak variabel prediktor yang memengaruhi variabel respons (Azwar, 2018).

Partisipan dalam riset ini adalah guru honorer yang berdomisili di wilayah Karawang. Strategi *insidental sampling* merupakan metodologi pengambilan sampel *non-probabilitas* yang digunakan untuk memilih responden. Menurut Sugiyono (2013), metode ini adalah penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data. Sebanyak 204 responden berhasil dikumpulkan untuk penelitian ini. Dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis merupakan variabel terikat (Y), sedangkan harga diri dan optimisme merupakan variabel bebas (X).

Untuk mengevaluasi masing-masing faktor yang diteliti, penelitian ini menerapkan tiga skala psikologi sebagai alat ukur utama dalam pengumpulan data penelitian. Salah satunya adalah skala kesejahteraan psikologis yang merupakan hasil dari *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (RPWB) yang dibuat oleh Ryff pada tahun 1989 dan diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Revelia (2018). Sebanyak 37 pernyataan pada skala ini dijabarkan ke dalam enam dimensi utama, yakni: penerimaan diri (4 pernyataan), hubungan positif dengan orang lain (6 pernyataan), otonomi (6 pernyataan), penguasaan terhadap lingkungan (8 pernyataan), tujuan hidup (7 pernyataan), serta pengembangan diri (6 pernyataan). Item pada skala ini berisi pernyataan seperti "Tuntutan kehidupan sehari-hari sering membuat saya terpuruk" dan "Saya cenderung dipengaruhi oleh orang-orang yang punya opini yang kuat." Instrumen ini mencakup pernyataan positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*), di mana pernyataan negatif diberi skor terbalik saat dianalisis.

Penelitian ini menggunakan Skala Harga Diri Rosenberg (RSES) sebagai alat ukur harga diri. Skala ini awalnya dikembangkan oleh Rosenberg pada tahun 1965 dan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Maroqi (2019). Skala *unidimensional* ini memiliki tujuh item pernyataan. Berikut ini adalah dua pernyataan yang menjadi contoh dalam skala tersebut, "Saya merasa memiliki banyak kelebihan" dan "Saya memiliki sikap yang baik terhadap diri saya sendiri". Pernyataan positif (*favo*) dan negatif (*unfavo*) merupakan dua kategori item pernyataan dalam alat ukur ini.

Untuk mengukur optimisme dalam penelitian ini, digunakan instrumen yang mengacu pada *Life Orientation Test Revised* (LOT-R) yang dikembangkan oleh Scheier et al., (1994) dan telah dialihbahasakan menjadi bahasa Indonesia oleh (Noviantoro & Saloom, 2019). Skala tersebut memuat sebanyak 10 pernyataan, dengan rincian 3 pernyataan yang mengukur kecenderungan pesimis dan 4 pernyataan lainnya berfungsi sebagai item pengalih (*filler*). Skala penilaian menggunakan format Likert empat tingkat, yaitu: 4 = Sangat Sesuai (SS), 3 = Sesuai (S), 2 = Tidak Sesuai (TS), dan 1 = Sangat Tidak Sesuai (STS). Dalam kategori jawaban tidak terdapat jawaban netral. Hal ini dimaksudkan untuk menghindari terjadinya pemusatan (*central tendency*) atau menghindari jumlah respon yang bersifat netral (Noviantoro & Saloom, 2019). Beberapa contoh pernyataan dalam instrumen ini antara lain "Saya cenderung merasa tenang dengan mudah" dan "Saya memiliki pandangan positif terhadap masa depan saya." Seperti halnya alat ukur psikologi lainnya, skala ini mencakup pernyataan yang bersifat *favorable* maupun *unfavorable*, dengan item *unfavorable* diberi skor terbalik dalam proses pengolahan data.

Sebelum skala digunakan, peneliti melakukan *try out* skala yang ditujukan kepada 40 orang dan dilakukan uji analisis aitem serta uji reliabilitas. Uji analisis aitem menggunakan daya diskriminasi dengan metode *Corrected Item-Total Correlation*. Jika semua item memiliki nilai koefisien korelasi $> 0,30$, maka item tersebut dianggap valid (Azwar, 2018). Penelitian ini awalnya melakukan uji normalitas dan linearitas, yang merupakan prasyarat untuk analisis, sebelum menilai hipotesis. Metode *Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk menentukan apakah data terdistribusi secara teratur. Nilai signifikan (*sig.*) digunakan untuk membuat keputusan; jika *sig.* $> 0,05$, data dianggap terdistribusi normal; jika *sig.* $< 0,05$, data tidak memenuhi asumsi normalitas. Peneliti menggunakan perangkat lunak statistik SPSS versi 27 pada sistem operasi Windows untuk membantu proses analisis data.

Setelah uji normalitas selesai dilakukan, selanjutnya dilakukan uji linearitas untuk mengidentifikasi ada tidaknya hubungan linear yang signifikan antara variabel X dan variabel Y (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini, linearitas dievaluasi menggunakan nilai signifikansi.

Hubungan antar variabel dikatakan linear jika nilai sig. linearitasnya kurang dari 0,05. Sebaliknya, data dikatakan memiliki hubungan linear jika nilai signifikansi Deviasi dari Linearitasnya lebih besar atau sama dengan 0,05. Sebaliknya, hubungan antar variabel dikatakan non-linear jika nilainya kurang dari 0,05. Untuk menguji linearitas tersebut, peneliti memanfaatkan program statistik SPSS versi 27 berbasis Windows.

Regresi linier berganda diaplikasikan dalam penelitian ini guna mencakup pengujian parsial atau simultan dengan *p-value* sebesar referensi kurang dari 0,05, digunakan dalam penelitian ini untuk mengevaluasi hipotesis. Uji koefisien determinasi dan pengkategorian setiap variabel yang diteliti adalah dua bentuk analisis lain yang dilakukan. Program statistik SPSS versi 27 untuk Windows digunakan untuk membantu proses analisis data lengkap.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji analisis aitem dan reliabilitas didapatkan bahwa nilai reliabilitas pada penelitian ini dilihat dari *Alfa Cronbach's* dengan koefisien korelasi $r > 0,70$ untuk kriteria tinggi berdasarkan kaidah *Guilford*. Skala kesejahteraan psikologis memiliki skor reliabilitas sebesar 0,961, variabel harga diri memiliki skor reliabilitas sebesar 0,941, dan variabel optimisme memiliki skor reliabilitas sebesar 0,775. Maka dari itu, ketiga variabel tersebut dapat digunakan dalam penelitian ini. Sebanyak 204 guru honorer yang berdomisili di Kabupaten Karawang turut berpartisipasi dalam survei ini. Berikut ini adalah tabel informasi data demografi responden:

Tabel 1. Data Demografi Berdasarkan Gender

No.	Demografi	Kriteria	Frekuensi	Persentase %
1.	Jenis Kelamin	Laki-laki	73	35,8%
		Perempuan	131	64,2%
		<5 tahun	102	50,0%
2.	Masa Kerja	5 – 10 tahun	70	34,3%
		>10 tahun	32	15,7%

Berdasarkan jumlah sampel dalam penelitian ini, diketahui responden laki-laki berjumlah 73 orang (35,8%) dari jumlah responden dan responden perempuan berjumlah 131 orang (64,2%). Seperti yang dapat dilihat pada tabel di atas, mayoritas partisipan sebanyak 102 orang, atau 50,0% memiliki pengalaman kerja kurang dari lima tahun. Selain itu, 32 responden (15,7%) telah bekerja selama lebih dari sepuluh tahun, sementara 70 responden (34,3%) memiliki pengalaman bekerja selama lima hingga sepuluh tahun.

Sebelum memasuki uji analisis data, langkah awal yang perlu dilakukan adalah menguji normalitas distribusi. Uji normalitas ini diterapkan pada instrumen *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (RPWB), *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), serta *Life Orientation Test Revised* (LOT-R), dengan hasil uji normalitas nilai signifikan sebesar 0,068 artinya ketiga data berdistribusi normal, yang berarti pada data penelitian ini menggunakan statistik parametrik.

Hasil pengujian linearitas antara variabel harga diri dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis menunjukkan hasil nilai signifikansi uji linearitas adalah 0,002 untuk hubungan antara kesejahteraan psikologis dan optimisme serta hubungan antara variabel harga diri dan kesejahteraan psikologis sebesar sig. 0,000. Ukuran harga diri dan optimisme untuk kesejahteraan psikologis memiliki hubungan linear, seperti yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi yang kurang dari 0,05. Selanjutnya hasil analisis regresi linear berganda yang meneliti dampak optimisme dan harga diri terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda(Uji Simultan)

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1271,390	2	635,695	157,941	,000 ^b
	Residual	809,003	201	4,025		
	Total	2080,392	203			

Dengan mengacu pada tabel 2 di atas, diperoleh nilai sig. 0,000 atau <0,05, yang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer di Kabupaten Karawang dipengaruhi secara signifikan oleh variabel optimisme dan harga diri. Dengan demikian, H0₁ ditolak dan Ha₁ diterima. Pengaruh masing-masing variabel secara terpisah kemudian diketahui dengan menggunakan uji parsial, yang ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Berganda(Uji Parsial)

Coefficients ^a										
Model	Standardized		Unstandardized			Correlations			Collinearity	
	Coefficient		Coefficients			Zero-order			Statistics	
	Std.		Beta			Partial			Tolerance	
	B	Error	Beta	t	Sig.	order	Partial	Part	ce	VIF
1 (Constant)	73,316	1,809		40,539	,000					
HD	1,121	,066	,753	17,113	,000	,759	,770	,753	,999	1,001
OP	,323	,075	,188	4,277	,000	,211	,289	,188	,999	1,001

Variabel harga diri memiliki nilai koefisien (β) sebesar 0,753 jika melihat tabel 3, hasil analisis regresi linier berganda mengindikasikan bahwa koefisien regresi bernilai positif dengan nilai sig. 0,000 (sig. < 0,05). Ha₂ diterima dan H0₂ ditolak karena hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi secara positif oleh harga diri. Ha₃ diterima sedangkan H0₃ ditolak karena variabel optimisme juga memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis, sebagaimana dibuktikan oleh nilai koefisien (β) sebesar 0,188 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Tabel berikut menampilkan hasil uji koefisien determinasi yang kemudian dilakukan untuk mengetahui kontribusi relatif pengaruh dari masing-masing variabel:

Tabel 4. Hasil Uji Koefisien Determinasi(R²)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,782 ^a	,611	,607	2,006

Dengan mengacu pada tabel diatas, nilai *R square* sebesar 0,611 menunjukkan bahwa optimisme dan harga diri memiliki dampak sebesar 61% terhadap kesejahteraan psikologis. Namun, terdapat faktor lain yang tidak diteliti memiliki dampak terhadap 39% sisanya. Selain itu, dilakukan uji kategorisasi untuk mengetahui sejauh mana masing-masing variabel terhadap kesejahteraan psikologis dipengaruhi, seperti yang ditampilkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 5. Hasil Uji Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis(Y)

Kesejahteraan Psikologis	Frekuensi	Persentase %
Sedang	203	99,5%
Tinggi	1	,5%
Total	204	100,0%

Berdasarkan data kategorisasi pada tabel diatas, bahwa mayoritas guru honorer sebanyak 203 atau 99,5% guru honorer berada dalam kategori kesejahteraan psikologis sedang. Hal ini

menunjukkan bahwa hanya 1 atau 0,5% guru honorer yang merasa memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Tabel 6. Hasil Uji Kategorisasi Harga Diri

Harga Diri	Frekuensi	Persentase %
Sedang	139	68,1%
Tinggi	65	31,9%
Total	204	100,0%

Berdasarkan hasil kategorisasi pada Tabel 6 diatas, sebanyak 139 atau 68,1% guru honorer berada dalam kaetgori harga diri sedang. Hal ini menunjukkan bahwa hanya 65 atau 31,9% guru honorer yang merasa memiliki harga diri yang tinggi.

Tabel 7. Hasil Uji Kategorisasi Optimisme

Optimisme	Frekuensi	Persentase %
Rendah	28	13,7%
Tinggi	176	86,3%
Total	204	100,0%

Berdasarkan hasil pengkategorian pada tabel 7 di atas, sebanyak 28 guru honorer atau 13,7% masuk dalam kategori memiliki tingkat optimisme rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebanyak 176 guru honorer atau 86,3% yang merasa optimisme cenderung tinggi.

Temuan ini menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer di Kabupaten Karawang dipengaruhi secara positif oleh optimisme dan harga diri. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk menguji hipotesis, dan hasilnya menunjukkan nilai sig. 0,000 atau $<0,05$. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat dikatakan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi secara signifikan oleh optimisme dan harga diri. Selain itu, dilakukan uji koefisien determinasi untuk mengetahui besarnya pengaruh kedua variabel tersebut. Hasil penelitian memperlihatkan adanya pengaruh positif antara harga diri dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis guru honorer di wilayah tersebut, dengan nilai R sebesar 0,782.

Hasil pengujian hipotesis sekitar 61% variabel dalam kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan oleh unsur optimisme dan harga diri, menurut hasil pengujian hipotesis berdasarkan koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,611. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa optimisme dan harga diri berpengaruh pada kesejahteraan psikologis.

Penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri dan optimisme berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada guru honorer di Kabupaten Karawang. Guru honorer dengan tingkat harga diri tinggi cenderung menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik, yang tercermin dalam rasa percaya diri saat mengajar, penerimaan terhadap diri sendiri, serta keberanian dalam menyampaikan pendapat. Sebaliknya, harga diri yang rendah berkaitan dengan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, membandingkan diri secara negatif, dan lebih mudah mengalami tekanan psikologis. Sementara itu, guru yang memiliki tingkat optimisme yang tinggi umumnya menunjukkan ciri-ciri kesejahteraan psikologis seperti harapan positif terhadap masa depan, semangat kerja yang terjaga, hubungan sosial yang sehat, serta inisiatif dalam pengembangan diri. Sebaliknya, rendahnya optimisme dapat mengarah pada perasaan putus asa, ketidakberdayaan, kurangnya penghargaan diri, dan minimnya motivasi dalam menjalankan tugas-tugas profesional.

Temuan penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa optimisme dan harga diri merupakan unsur yang memengaruhi kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis guru honorer di SDN Serang dipengaruhi secara positif oleh optimisme dan harga diri, menurut penelitian oleh Noviantoro dan Saloom (2019), dengan optimisme berkontribusi masing-masing sebesar 18,8% dan harga diri sebesar 27%. Selain itu, penelitian oleh Trilistyaningrum (2022), menyatakan bahwa optimisme memiliki dampak besar terhadap kesehatan psikologis pada tahap awal dewasa. Dalam penelitian terpisah, Padhy et al., (2015), menemukan bahwa kesehatan psikologis dan optimisme petugas polisi berkorelasi positif. Sejalan dengan hasil

penelitian Augusto-Landa et al., (2011), yang mengungkapkan bahwa di antara 217 siswi dari berbagai bidang akademik di *University of South of Spain*, optimisme dan kesejahteraan psikologis berkorelasi positif, sementara pesimisme dan kesejahteraan psikologis berkorelasi negatif. Menurut penelitian berbeda oleh Yui et al., (2024), kesejahteraan subjektif guru secara signifikan dipengaruhi oleh optimisme dan rasa harga diri mereka. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa kedua faktor ini penting untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa harga diri dan optimisme hanya menjelaskan sebagian kecil dari variasi dalam kesejahteraan psikologis, yang mengindikasikan perlunya memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi lainnya. Namun demikian, penelitian ini mengungkapkan bahwa mayoritas guru honorer di Kabupaten Karawang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang, meskipun beberapa di antaranya merasa memiliki kesehatan mental yang baik.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh optimisme dan harga diri, dengan variabel harga diri memiliki pengaruh yang lebih tinggi terhadap kesejahteraan psikologis guru honorer di Kabupaten Karawang dibandingkan dengan optimisme. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun optimisme dan harga diri memegang peranan penting, keduanya tetap terdapat pengaruh yang positif terhadap kesejahteraan psikologis. Akan tetapi, model penelitian ini tidak memperhitungkan berbagai faktor lain yang juga berdampak pada kesejahteraan psikologis guru honorer.

Selain itu, kesejahteraan psikologis dipengaruhi secara positif oleh optimisme dan harga diri, oleh karena itu semakin optimis dan harga diri seseorang, maka semakin baik pula kesejahteraan psikologisnya. Sebaliknya, kesejahteraan psikologis cenderung semakin buruk ketika terdapat kurangnya optimisme dan harga diri yang rendah. Untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang kesejahteraan psikologis, disarankan agar penelitian selanjutnya melihat elemen-elemen tambahan di luar penelitian ini. Usia, gender, kondisi finansial, budaya, agama, dukungan sosial, stres, jaringan sosial, kompetensi pribadi, dan kepribadian adalah beberapa variabel yang mungkin diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, A., & Chisol, R. (2020). Rasa syukur kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar. *Proyeksi*, 13(2), 109–122.
- Augusto-Landa, J. M., Pulido-Martos, M., & Lopez-Zafra, E. (2011). Does perceived emotional intelligence and optimism/pessimism predict psychological well-being? *Journal of Happiness Studies*, 12, 463–474.
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi edisi II*.
- Bahtiar, I. M. (2024). Guru honorer kepung kantor pemda karawang, minta kejelasan nasib sebagai PPPK. iNews Karawang. <https://karawang.inews.id/read/442991/guru-honorer-kepung-kantor-pemda-karawang-minta-kejelasan-nasib-sebagai-pppk>
- Cahyani, D. R. (2019). *Kejenuhan kerja (burnout) pada guru honorer di Kota Makassar*. Universitas Negeri Makassar.
- Fuady, M. (2020). *Hubungan dukungan sosial dan resiliensi dengan psychological well being narapidana remaja di lembaga pembinaan khusus anak pekanbaru*. UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Gufron, M. N., & Risnawita, R. (2016). *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunawan, L. R., & Hendriani, W. (2020). Psychological well-being pada guru honorer di Indonesia: A literature review. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 4(1), 105–113.
- Heatherston, T. F. (2011). Neuroscience of self and self-regulation. *Annual Review of Psychology*, 62(1), 363–390.
- Krok, D. (2015). The role of meaning in life within the relations of religious coping and psychological well-being. *Journal of Religion and Health*, 54, 2292–2308.
- Lesmana, W. I. (2013). Hubungan antara harga diri dan tingkat stres dengan psychological well being pada remaja di panti asuhan muhammadiyah wiyung dan karangpilang surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2).
- Maroqi, N. (2019). Uji validitas konstruk pada instrumen rosenberg self esteem scale dengan metode

- confirmatory factor analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96.
- Mruk, C. J. (2013). *Self-esteem and positive psychology: Research, theory, and practice*. Springer Publishing Company.
- Noviantoro, I., & Saloom, G. (2019). Pengaruh self esteem, optimisme dan dukungan sosial terhadap psychological well-being guru honorer sdn kabupaten serang. *Dialog*, 42(1), 69–80.
- Novrianto, R., & Marettih, A. K. E. (2018). Self-efficacy dan Optimisme sebagai Prediktor Subjective Well-Being pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Mediapsi*, 4(2).
- Padhy, M., Chelli, K., & Padiri, R. A. (2015). Optimism and psychological well-being of police officers with different work experiences. *Sage Open*, 5(2), 2158244015580852.
- Revelia, M. (UIN S. H. J. (2018). Uji validitas konstruk pada instrumen ryff 's psychological well -being. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia)*, 7(1), 8–14.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). The role of optimism and resilience in final-year students working on their thesis. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 29–37.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 141–156.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141–166.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104.
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Prenada Media.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): a reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2001). *Optimism, pessimism, and psychological well-being*.
- Setiawan, H., & Budiningsih, T. E. (2014). Psychological well-being pada guru honorer sekolah dasar di kecamatan wonotunggal kabupaten Batang. *Educational Psychology Journal*, 3(1), 8–14.
- Sinidikoro, H., & Siswati, S. (2018). Hubungan antara Psychological Well Being dengan Efikasi Diri pada Guru Bersertifikasi di SMA Negeri Kabupaten Pati. *Jurnal Empati*, 6(3), 110–115.
- Sugiyono, S. (2013). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Alfabeta. Google Scholar Alfabeta.
- Sugiyono, P. P. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Susanti, S. (2013). Hubungan harga diri dan psychological well-being pada wanita lajang ditinjau dari bidang pekerjaan. *Calyptra*, 1(1), 1–8.
- Trilistyaningrum, D. (2022). *Pengaruh Self-Compassion, Perceived Social Support, dan Optimism terhadap Psychological Well-Being*. Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Yuin, K., Agung, A. A. G., & Dantes, K. R. (2024). Dampak dukungan sosial, optimisme, religius, dan harga diri terhadap kesejahteraan subyektif guru. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 7(1), 95–109.