SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah
https://ejournal.nusantaraglobal.ac.id/index.php/sentri
Email: sentri@nusantaraglobal.ac.id
DOI: https://doi.org/10.55681/sentri.v5i2.5742

Vol. 5, No. 2, February 2026
e-ISSN: 2963-1130
pp. 1831-1848

Hubungan antara Dukungan Sosial Rekan Kerja dan Kebersyukuran dengan Kepuasan Hidup pada Guru Honorer

Dian Suryani[1*], Nugroho Arief Setiawan[1], Indah Dwi Cahya Izzati[1]
[1] Psikologi Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung, Indonesia

*Corresponding Author's e-mail: diansryni6@gmail.com

Article History:
Received: January 21, 2026
Revised: February 25, 2026
Accepted: February 26, 2026

Keywords:
Dukungan Sosial, Rekan Kerja, Kebersyukuran, Kepuasan Hidup

Abstract: *Honorary teachers in Indonesia play a crucial role in education but face significant challenges, including low salaries, job insecurity, high workloads, and limited benefits, which often lead to psychological distress and reduced well-being. Employing a quantitative correlational approach, data were collected from 102 honorary junior high school teachers in Bandar Lampung using purposive sampling. Instruments included the Coworker Social Support Scale (32 items, $\alpha = 0.910$), Gratitude Questionnaire (adapted GQ-6, 29 items), and Satisfaction with Life Scale (SWLS, $\alpha = 0.921$). Data analysis utilized multiple regression with IBM SPSS 26.0, following tests for normality, linearity, multicollinearity, and heteroscedasticity. Results indicate a significant simultaneous relationship between coworker social support and gratitude with life satisfaction ($R = 0.759$, $R^2 = 0.576$, $F = 67.183$, $p < 0.001$), contributing 57.6% to variance, with the remainder influenced by other factors. Individually, coworker social support shows a positive significant correlation ($r = 0.089$, $p = 0.002$, effective contribution 3.79%), while gratitude exhibits a stronger link ($r = 0.713$, $p < 0.001$, effective contribution 53.83%). The regression equation is $Y = 15.199 + 0.093X_1 + 0.657X_2$. Findings underscore the protective roles of social support and gratitude in enhancing life satisfaction amid occupational hardships. Practically, schools and local education authorities may utilize these findings by designing collegial work-climate strengthening programs, peer-support forums, structured mentoring systems, and gratitude-based reflective activities integrated into teacher development initiatives. Such programs may serve as preventive strategies to promote teachers' psychological well-being. Future research is encouraged to incorporate additional variables, such as work-life balance, using mixed methods approaches.*

Copyright © 2026, The Author(s).
This is an open access article under the CC–BY-SA license

How to cite: Suryani, D., Setiawan, N. A., & Izzati, I. D. C. (2026). Hubungan antara Dukungan Sosial Rekan Kerja dan Kebersyukuran dengan Kepuasan Hidup pada Guru Honorer. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, *5*(2), 1831–1848. https://doi.org/10.55681/sentri.v5i2.5742

PENDAHULUAN

Guru berperan sebagai pilar utama dalam pendidikan yang mendidik generasi penerus bangsa. Namun, bagi guru honorer (pegawai non-pejabat negara), kondisi pekerjaan mereka seringkali penuh dengan tantangan. Guru honorer merupakan salah satu kelompok profesi yang memiliki peran penting dalam dunia pendidikan. Meskipun demikian, kondisi kerja mereka sering kali kurang mendukung kesejahteraan psikologis. Guru honorer umumnya menghadapi berbagai tantangan, seperti gaji yang rendah, status kerja yang tidak tetap, beban kerja yang tinggi, serta kurangnya fasilitas dan penghargaan. Data dari beberapa survei nasional menunjukkan bahwa banyak guru honorer merasa kurang dihargai dan mengalami stres kerja yang tinggi. Dibalik semangat guru honorer

yang setiap hari mengajar di pelosok negeri, tersimpan kisah perjuangan yang tidak selalu mudah. Mereka adalah para pendidik yang menjalankan tugas mulia dengan berbagai keterbatasan, mulai dari penghasilan yang jauh dari kata layak hingga status pekerjaan yang tidak pasti. Meski begitu, tidak sedikit dari mereka yang tetap menjalani peran tersebut dengan hati yang tabah dan penuh pengabdian. Kondisi yang dihadapi guru honorer memang menantang.

Gaji yang rendah sering kali membuat mereka harus mencari pekerjaan tambahan untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan Penelitian (Sari, 2024) yang membahas kesenjangan gaji antara guru honorer dan guru berstatus ASN di SDN Klanderan, Kediri. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa gaji guru honorer hanya sebesar Rp 150.000 per bulan, yang jauh di bawah standar upah layak yang diatur dalam peraturan perundang-undangan. Kesenjangan ini menciptakan ketidakadilan dalam sektor pendidikan dan mengganggu kesejahteraan guru honorer yang berkontribusi signifikan dalam proses pendidikan. Misalnya, survey (Indonesia, 2022) menunjukkan bahwa lebih dari 60% guru honorer merasa tidak puas dengan kondisi kerja mereka, yang kemudian berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Institute for Demographic and Poverty Studies (IDEAS) dan GREAT Edunesia Dompet Dhuafa pada Mei 2024, ditemukan bahwa 74% guru honorer di Indonesia memiliki penghasilan di bawah Rp 2 juta per bulan. Bahkan, 20,5% di antaranya berpenghasilan di bawah Rp 500 ribu per bulan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar guru honorer menerima gaji yang lebih rendah dari Upah Minimum Kabupaten/Kota (UMK) terendah di Indonesia, yaitu Kabupaten Banjarnegara dengan UMK sebesar Rp 2.038.005 pada tahun 2024. Kondisi ini berdampak pada kesejahteraan para guru honorer. Sebanyak 89% dari mereka merasa bahwa penghasilan yang diperoleh pas-pasan atau kurang untuk memenuhi kebutuhan hidup, terutama dengan rata-rata tanggungan keluarga sebanyak tiga orang. Akibatnya, banyak guru honorer mencari pekerjaan sampingan, seperti mengajar privat, berdagang, atau menjadi driver ojek daring, meskipun penghasilan tambahan ini seringkali tidak signifikan. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas hidup mereka, termasuk kepuasan hidup yang menjadi indikator kesejahteraan psikologis. Berdasarkan konteks profesi sebagai guru, dukungan sosial dapat datang dari berbagai pihak, seperti rekan kerja, keluarga, siswa, serta masyarakat sekitar. Semua ini bisa berdampak pada kepuasan hidup mereka, baik secara fisik maupun emosional.

Secara kebijakan, persoalan pengupahan guru honorer masih menjadi isu struktural yang belum sepenuhnya terselesaikan. Meskipun pemerintah telah mengeluarkan berbagai regulasi terkait standar pengupahan dan pengangkatan tenaga pendidik, implementasinya di tingkat daerah sering kali belum menjamin upah yang setara dengan Upah Minimum Regional (UMR/UMK). Banyak guru honorer digaji berdasarkan kemampuan anggaran sekolah atau dana bantuan operasional, bukan berdasarkan standar upah layak sebagaimana diatur dalam kebijakan ketenagakerjaan nasional. Ketimpangan ini menempatkan guru honorer pada posisi rentan secara ekonomi, terutama karena status mereka bukan Aparatur Sipil Negara (ASN) sehingga tidak memperoleh jaminan kesejahteraan yang memadai. Kondisi pengupahan yang berada di bawah standar minimum ini tidak hanya berdampak pada aspek finansial, tetapi juga berpotensi memengaruhi harga diri, rasa aman, serta evaluasi subjektif terhadap kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, meneliti kepuasan hidup guru honorer dari perspektif psikologis menjadi penting, karena kesejahteraan tidak semata ditentukan oleh kebijakan struktural,

tetapi juga oleh faktor internal dan sosial yang dapat berperan sebagai penyangga di tengah keterbatasan ekonomi.

Kepuasan hidup (*life satisfaction*) merupakan aspek penting dalam psikologi yang berhubungan dengan evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hidup mereka. Kepuasan hidup tidak hanya mencakup aspek material atau fisik, tetapi juga mencakup aspek emosional, sosial, dan psikologis yang mempengaruhi perasaan individu tentang kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Kepuasan hidup menurut (Pavot, W., Diener, 1993) adalah penilaian individu atas pemenuhan kebutuhan fisiologis, kebutuhan keamanan, sosial, dan penghargaan serta aktualisasi diri. Dalam konteks profesi, kepuasan hidup berhubungan erat dengan perasaan individu terhadap pekerjaan dan kehidupan mereka secara umum. Kepuasan hidup yang tinggi dapat berkontribusi pada peningkatan kinerja, kesejahteraan psikologis, serta produktivitas seseorang dalam berbagai aspek kehidupan. Namun, kepuasan hidup juga dipengaruhi oleh berbagai faktor eksternal dan internal yang kompleks. Salah satu profesi yang memiliki peran penting dalam masyarakat adalah guru.

Menariknya, ada dua hal yang ternyata mampu memberikan pengaruh positif terhadap kepuasan hidup para guru honorer, yaitu dukungan sosial dan kebersyukuran. Dukungan sosial hadir dalam bentuk perhatian, bantuan, dan semangat dari orang-orang di sekitar mereka keluarga, teman sejawat, bahkan murid dan orang tua murid. Ketika mereka merasa didengar dan dihargai, perasaan tertekan akibat tantangan hidup sedikit demi sedikit bisa terobati. Mereka tidak merasa sendirian, karena ada lingkungan yang siap menopang dan memberikan harapan. (Cohen, S., & Hoberman, 1983) mengemukakan bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai faktor pelindung yang mengurangi stres, meningkatkan kesejahteraan emosional, dan memperbaiki kualitas hidup seseorang. Sebagai contoh, guru honorer yang mendapatkan dukungan dari rekan kerja atau lingkungan keluarga yang mendukung, cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi, meskipun mereka menghadapi tantangan pekerjaan yang lebih besar dibandingkan guru PNS.

Dukungan sosial yang kuat memberikan rasa aman, menurunkan kecemasan, dan meningkatkan kepercayaan diri, yang pada gilirannya mempengaruhi kepuasan hidup secara positif. Kebersyukuran adalah sikap atau perasaan bersyukur terhadap apa yang dimiliki, baik itu dalam bentuk materi, hubungan sosial, atau pengalaman hidup. Menurut (Emmons, 2003) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis dan fisik. Orang yang bersyukur cenderung memiliki pandangan hidup yang lebih positif, lebih bahagia, dan lebih puas dengan hidup mereka, meskipun menghadapi berbagai kesulitan.

Guru honorer yang mengembangkan kebersyukuran dalam diri mereka dapat memiliki pandangan yang lebih positif terhadap pekerjaan mereka, meskipun status pekerjaan mereka tidak sebaik guru PNS. Kebersyukuran membantu mereka untuk fokus pada aspek positif dari profesi mereka dan menghargai kontribusi yang mereka berikan kepada siswa dan masyarakat, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kepuasan hidup mereka. Dalam perspektif Al-Qur'an, kepuasan hidup adalah kondisi hati yang tenang, penuh syukur, dan dekat dengan Allah. Ia tidak bergantung pada keadaan luar, tetapi pada sikap batin yang selaras dengan nilai-nilai iman. Orang yang beriman, beramal saleh, sabar, dan bersyukur dijanjikan oleh Allah akan merasakan kehidupan yang baik dan damai, sebagiamana dalam firman-Nya dalam Q.S An-Nahl ayat 97, yaitu :

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ اَوْ اُنْثٰى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً ۚ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ اَجْرَهُمْ بِاَحْسَنِ مَا كَانُوْا يَعْمَلُوْنَ ﴿٩٧﴾

Artinya : "Barang siapa yang mengerjakan kebajikan, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka pasti Kami akan berikan kepadanya kehidupan yang baik (hayatan thayyibah), dan sesungguhnya Kami akan beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan."

Ibnu Katsir menafsirkan *ḥayātan ṭayyibah* (kehidupan yang baik) dalam Q.S. An-Naḥl ayat 97 sebagai rezeki yang halal dan luas, qana'ah (merasa cukup dengan pemberian Allah), serta kebahagiaan hati dan ketenteraman jiwa. Beliau juga mengutip pendapat Ibnu 'Abbās, 'Alī bin Abī Thālib, dan sejumlah ulama salaf yang menegaskan bahwa makna kehidupan baik adalah rezeki yang halal disertai dengan sikap qana'ah. (Ibnu Katsir, *Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm*, Juz 4, hlm. 601).

Hasil penelitian dari (Andy Pratama, M. F., & Putri Handayani, 2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial dan kebersyukuran secara simultan berkontribusi sebesar 53% terhadap kepuasan hidup guru honorer di wilayah Jabodetabek. Menurut penelitian (Wulandari, M., Umaroh, S. K., & Mariskha, 2020), tingkat kebersyukuran berhubungan positif signifikan dengan kepuasan hidup, dengan kontribusi sebesar 41% dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis guru honorer. Menurut survei Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud, 2021), 72% guru honorer di Indonesia menyatakan tingkat kepuasan hidup mereka berada pada kategori sedang hingga rendah, terutama disebabkan oleh ketidakpastian status kerja dan pendapatan yang minim.

Meskipun ada banyak studi tentang pengaruh dukungan sosial dan kebersyukuran terhadap kepuasan hidup, penelitian yang secara khusus fokus pada guru honorer masih terbatas. Sebagian besar penelitian terdahulu hanya mengkaji hubungan antara dukungan sosial dengan kepuasan hidup secara umum, atau antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini mengkombinasikan dua variabel independen sekaligus, yaitu dukungan sosial dari rekan kerja dan kebersyukuran, untuk melihat pengaruh gabungannya terhadap kepuasan hidup guru honorer. Ini memberikan gambaran yang lebih komprehensif. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2024–2025, setelah terjadinya berbagai perubahan besar dalam kebijakan pengangkatan guru, pemberian tunjangan, dan perubahan ekonomi nasional pasca pandemi. Banyak penelitian terdahulu menggunakan data sebelum 2020, sehingga belum mempertimbangkan dinamika terkini yang mempengaruhi kesejahteraan guru honorer.

Dalam penelitian ini, dukungan sosial yang diteliti dibatasi hanya pada dukungan dari rekan kerja, tidak mencakup dukungan dari keluarga, pasangan, atau teman di luar pekerjaan. Fokus ini memperdalam pemahaman tentang bagaimana lingkungan kerja secara langsung mempengaruhi kepuasan hidup. Pendekatan teori yang digunakan dalam penelitian ini lebih berfokus pada psikologi positif, yang menekankan faktor-faktor pelindung (protective factors) seperti kebersyukuran, dibandingkan dengan pendekatan terdahulu yang sering kali fokus pada faktor risiko atau stres kerja. Oleh karena itu, penting untuk meneliti faktor-faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka, seperti dukungan sosial dari rekan kerja dan tingkat kebersyukuran pribadi.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara dukungan sosial rekan kerja dan kebersyukuran dengan kepuasan hidup pada guru honorer, menggunakan

pendekatan psikologi positif dan metode kuantitatif korelasional. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berguna untuk meningkatkan

kesejahteraan guru honorer, baik melalui intervensi sosial maupun psikologis. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan dasar bagi pengembangan kebijakan yang lebih berpihak kepada guru honorer untuk meningkatkan kepusan hidup mereka dan kualitas pendidikan secara keseluruhan.

LANDASAN TEORI

1. Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*)

Kepuasan hidup *(life satisfaction)* merupakan salah satu komponen utama dalam kesejahteraan subjektif, yang mencerminkan penilaian individu terhadap keseluruhan kualitas hidupnya berdasarkan standar yang ditetapkan sendiri. Menurut Diener, Emmons, Larsen, dan Griffin, kepuasan hidup didefinisikan sebagai *"penilaian kognitif menyeluruh yang dilakukan oleh individu terhadap kualitas hidup mereka berdasarkan standar yang mereka tetapkan sendiri."* Dengan kata lain, kepuasan hidup bukan sekadar perasaan sesaat, melainkan evaluasi yang bersifat stabil terhadap kondisi kehidupan seseorang (Emmons, 2003).

2. Makna Kerja sebagai Panggilan Jiwa (*Calling*)

Dalam konteks profesi guru, kepuasan hidup tidak selalu ditentukan oleh faktor ekonomi semata, tetapi juga oleh makna yang dilekatkan individu pada pekerjaannya. Konsep calling atau panggilan jiwa merujuk pada pandangan bahwa pekerjaan bukan sekadar sumber penghasilan, melainkan bentuk pengabdian yang memiliki tujuan dan makna intrinsik. Menurut Wrzesniewski, McCauley, Rozin, dan Schwartz (1997), individu yang memandang pekerjaannya sebagai calling melihat pekerjaannya sebagai kontribusi bermakna bagi masyarakat dan bagian dari identitas diri yang mendalam.

Individu dengan orientasi calling cenderung menunjukkan komitmen yang lebih tinggi, ketahanan terhadap tekanan, serta tingkat kepuasan hidup yang lebih stabil meskipun menghadapi keterbatasan eksternal. Secara psikologis, makna kerja dapat berfungsi sebagai sumber motivasi intrinsik dan mekanisme coping yang memperkuat evaluasi positif terhadap kehidupan secara keseluruhan.

Dalam konteks guru honorer, banyak dari mereka tetap bertahan bukan semata karena faktor finansial, melainkan karena keyakinan bahwa mendidik adalah bentuk pengabdian dan kontribusi sosial. Pandangan ini dapat menjelaskan mengapa sebagian guru honorer tetap menunjukkan kepuasan hidup yang relatif baik meskipun dukungan ekonomi terbatas. Dengan demikian, kepuasan hidup pada guru honorer dapat dipahami tidak hanya melalui aspek material dan dukungan sosial, tetapi juga melalui makna subjektif terhadap profesi sebagai panggilan jiwa.

3. Dukungan Sosial Rekan Kerja

Dukungan sosial merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan sosial manusia, termasuk di lingkungan kerja. Menurut Sarason, dukungan sosial didefinisikan sebagai persepsi individu bahwa dirinya dicintai, dihargai, dan memperoleh bantuan dari orang lain (Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, 1990). Sarason dkk. menekankan bahwa yang penting bukan hanya bantuan nyata yang diterima, melainkan persepsi individu bahwa bantuan tersebut tersedia bila diperlukan (Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, 1990). Di dalam lingkungan kerja, House menguraikan bahwa dukungan sosial meliputi empat bentuk utama, yaitu: dukungan emosional (pemberian empati, perhatian, cinta), dukungan instrumental (bantuan konkret dan langsung), dukungan informasional

(pemberian nasihat atau arahan), dan dukungan penilaian (umpan balik yang membangun) (House, 1990). Di lingkungan kerja, khususnya antar rekan kerja, dukungan sosial menjadi komponen yang krusial. Menurut Viswesvaran, Sanchez, dan Fisher, dukungan sosial di tempat kerja dapat membantu menurunkan tekanan kerja, meningkatkan performa kerja, dan memperbaiki kepuasan kerja (Viswesvaran, C., Sanchez, J. I., & Fisher, 1999). Selain itu, Thoits menekankan bahwa dukungan sosial yang diterima di tempat kerja berfungsi sebagai sumber coping yang penting, yang mampu mengurangi dampak negatif stres kerja terhadap kesehatan mental dan fisik (Thoits, 1995).

4. Kebersyukuran

Kebersyukuran atau gratitude merupakan salah satu aspek positif dalam karakter individu yang berkaitan dengan kemampuan untuk mengenali, menghargai, dan merasa berterima kasih atas kebaikan yang diterima, baik dari orang lain maupun dari situasi yang menguntungkan. Menurut Emmons dan McCullough (2003), kebersyukuran didefinisikan sebagai suatu sikap sadar yang mengakui manfaat yang diperoleh dari faktor eksternal di luar diri, termasuk dari sesama manusia maupun kondisi kehidupan yang mendukung. Mereka memandang kebersyukuran sebagai emosi positif yang memainkan peran penting dalam menghubungkan individu dengan dunia sosialnya (Emmons, 2003).

5. Guru Honorer sebagai Subjek Penelitian

Guru honorer adalah tenaga pendidik yang dipekerjakan oleh lembaga pendidikan, baik negeri maupun swasta, dengan status kepegawaian non-PNS (Pegawai Negeri Sipil) dan umumnya berada dalam kondisi kontrak kerja yang tidak tetap. Mereka biasanya menerima gaji yang jauh di bawah standar upah minimum regional serta tidak mendapatkan hak-hak kesejahteraan yang sama seperti guru berstatus PNS, seperti tunjangan pensiun, jaminan kesehatan yang layak, dan kepastian karier. Situasi ketidakpastian ini menjadikan guru honorer sebagai kelompok yang rentan terhadap berbagai tekanan psikologis, termasuk stres kerja, ketidakpuasan terhadap pekerjaan, perasaan rendah diri, dan kecemasan terhadap masa depan karier mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini berjudul "Hubungan antara Dukungan Sosial Rekan Kerja dan Kebersyukuran dengan Kepuasan Hidup pada Guru Honorer", diajukan oleh Dian Suryani sebagai proposal artikel ilmiah untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di UIN Raden Intan Lampung pada tahun 1446 H/2025 M. Latar belakang masalah menyoroti tantangan guru honorer di Indonesia, seperti gaji rendah di bawah Rp 2 juta per bulan bagi 74% dari mereka (IDEAS & GREAT Edunesia, 2024), status kerja tidak tetap, dan beban kerja tinggi, yang berdampak pada kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidup (Sari, 2024; Indonesia, 2022; Kemendikbud, 2021). Kepuasan hidup didefinisikan sebagai evaluasi subjektif terhadap kualitas hidup (Pavot & Diener, 1993), dipengaruhi oleh dukungan sosial sebagai faktor pelindung stres (Cohen & Hoberman, 1983) dan kebersyukuran yang meningkatkan pandangan positif (Emmons, 2003).

Dalam perspektif Islam, kepuasan hidup terkait dengan hayatan thayyibah dan qana'ah (QS An-Nahl: 97; Ibnu Katsir, Tafsir al-Qur'an al-'Azhim). Penelitian sebelumnya menunjukkan kontribusi dukungan sosial dan kebersyukuran hingga 53% terhadap kepuasan hidup guru honorer (Andy Pratama & Putri Handayani, 2022; Wulandari et al., 2020; Agustina, 2022; Fathurrahman, 2023; Mutia & Hartati, 2024; Khairullah et al., 2021;

Millisani & Handayani, 2019). Rumusan masalah mencakup hubungan simultan dan parsial antara dukungan sosial rekan kerja, kebersyukuran, dan kepuasan hidup. Tujuan penelitian adalah menguji hubungan tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan variabel independen dukungan sosial (X1) dan kebersyukuran (X2), serta dependen kepuasan hidup (Y) (Sugiyono, 2019). Manfaat teoritis meliputi pengembangan psikologi positif, sementara praktis bagi guru honorer, institusi pendidikan, dan peneliti selanjutnya. Definisi operasional: dukungan sosial rekan kerja berdasarkan House (1981), kebersyukuran Watkins (2003), dan kepuasan hidup Diener et al. (1985).

Populasi guru honorer SMP di Bandar Lampung (±3.139 orang, BPS 2024/2025), sampel 152 responden dengan purposive sampling (Creswell, 2013; Sugiyono, 2017). Pengumpulan data melalui skala: Social Support Scale (modifikasi Gustriani, 2021; Sarafino, 1998), Gratitude Questionnaire-6 (McCullough et al., 2002), dan Satisfaction With Life Scale (Diener et al., 1985). Uji validitas (>0.300) dan reliabilitas (Cronbach's Alpha >0.900) menghasilkan 32 item dukungan sosial, 6 item kebersyukuran, dan 29 item kepuasan hidup (Azwar, 2019). Pengumpulan data daring via Google Form pada Januari 2025, skoring Likert 1-5. Karakteristik responden: mayoritas 0.05), linear (p>0.05), tidak multikolinear.

Responden dalam penelitian ini berasal dari SMP negeri dan swasta di Kota Bandar Lampung. Karakteristik institusi dicatat untuk memberikan gambaran konteks lingkungan kerja, mengingat struktur manajerial, sistem penggajian, beban administrasi, serta pola dukungan sosial di sekolah negeri dan swasta memiliki perbedaan. Pada sekolah negeri, guru honorer umumnya bekerja dalam sistem birokrasi yang lebih terstruktur dan berada di bawah regulasi pemerintah daerah, sedangkan pada sekolah swasta mekanisme pengelolaan dan dukungan kerja lebih bergantung pada kebijakan yayasan. Perbedaan ini berpotensi memengaruhi dinamika dukungan sosial rekan kerja dan pengalaman kerja secara keseluruhan, sehingga informasi jenis instansi menjadi bagian penting dalam deskripsi karakteristik responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas, yaitu dukungan sosial rekan kerja dan kebersyukuran, serta satu variabel terikat, yaitu kepuasan hidup. Deskripsi statistik pada penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data penelitian yang meliputi jumlah aitem pada masing-masing skala, nilai minimum (min), nilai maksimum (maks), nilai rata-rata (mean), serta standar deviasi (SD). Uraian deskriptif ini digunakan untuk mengetahui kecenderungan skor responden pada setiap variabel yang diteliti. Secara lebih rinci, deskripsi data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Skor Hipotetik Variabel

Variabel	**Skor Hipotetik**				**SD**
	Subjek	***Min***	***Maks***	***Mean***	
Dukungan Sosial	102	89	160	118.77	13.388
Kebersyukuran	102	16	30	22.95	2.604
Kepuasan Hidup	102	145	145	104.18	11.838

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif terhadap 102 responden, diperoleh gambaran umum mengenai variabel dukungan sosial kerja, kebersyukuran, dan kepuasan hidup. Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial kerja memiliki nilai minimum sebesar 89 dan nilai maksimum sebesar 160, dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 118,77. Nilai standar deviasi sebesar 13,388 dan varians sebesar 179,246 menunjukkan adanya variasi skor dukungan sosial kerja yang cukup beragam di antara responden, yang mengindikasikan perbedaan tingkat persepsi dukungan sosial yang diterima dari rekan kerja.

Selanjutnya, variabel kebersyukuran memiliki nilai minimum sebesar 16 dan nilai maksimum sebesar 30, dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 22,95. Standar deviasi sebesar 2,604 dan varians sebesar 6,780 menunjukkan bahwa sebaran data kebersyukuran relatif homogen, yang menandakan bahwa tingkat kebersyukuran responden cenderung berada pada kategori yang relatif seragam.

Sementara itu, variabel kepuasan hidup menunjukkan nilai minimum sebesar 84 dan nilai maksimum sebesar 145, dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 104,18. Nilai standar deviasi sebesar 11,838 dan varians sebesar 140,127 mengindikasikan adanya variasi tingkat kepuasan hidup di antara responden, meskipun sebagian besar responden memiliki skor kepuasan hidup yang berada di sekitar nilai rata-rata.

Secara keseluruhan, hasil statistik deskriptif ini memberikan gambaran bahwa responden memiliki tingkat dukungan sosial kerja, kebersyukuran, dan kepuasan hidup yang bervariasi, namun cenderung berada pada kategori sedang hingga tinggi. Data ini selanjutnya digunakan sebagai dasar untuk melakukan analisis lanjutan, seperti uji asumsi dan uji hipotesis, guna mengetahui hubungan antar variabel yang diteliti.

2. Kategori Skor Variabel Penelitian

Langkah selanjutnya setelah dilakukan deskripsi empiric skor penelitian adalah mengkategorisasikan skor variabel yang telah didapatkan dari responden. Kategorisasi skor dibagi menjadi tiga yaitu tinggi, sedang dan rendah dengann menggunakan rumus sebagai berikut:

Tabel 2. Kategori Skor Variabel Penelitian

Kategori	Rumus
Tinggi	**M + 1SD > X**
Sedang	**M – 1SD < X , M + 1SD**
Rendah	**X < M – 1SD**

A. Kategori Skor Variabel Dukungan Sosial

Dibawah ini merupakan tabel kategorisasi variabel dukungan sosial yang terdiri dari kategori tinggi, sedang dan rendah.

Tabel 3. Kategori Skor Variabel Dukungan Sosial Kerja

Kategori	Rentang Skor	Jumlah (n)	Presentase (%)
Tinggi	X > 88	17	17 %
Sedang	64 ≤ X < 88	75	75 %
Rendah	X < 64	8	8 %
Total		**102**	**100%**

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa kategorisasi dukungan sosial terbagi ke dalam tiga kategori, yaitu kategori tinggi dengan rentang skor X > 88 sebanyak 17 responden (17%), kategori sedang dengan rentang skor 64 < X < 88 sebanyak 75 responden (75%), dan kategori rendah dengan rentang skor X < 64 sebanyak 8 responden (8%), sehingga secara keseluruhan skor variabel dukungan sosial berada pada kategori sedang.

B. Kategori Skor Variabel Kebersyukuran

Dibawah ini merupakan tabel kategorisasi variabel kebersyukuran yang terdiri dari kategori tinggi, sedang dan rendah.

Tabel 4. Kategori Skor Variabel Kebersyukuran

Kategori	Rentang Skor	Jumlah (n)	Presentase (%)
Tinggi	X > 86	19	19 %
Sedang	58 ≤ X < 86	60	59 %
Rendah	X < 58	23	22 %
Total		**102**	**100%**

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa kategorisasi variabel terbagi ke dalam tiga kategori, yaitu kategori tinggi dengan rentang skor X > 86 sebanyak 19 responden (19%), kategori sedang dengan rentang skor 58 < X < 86 sebanyak 60 responden (59%), dan kategori rendah dengan rentang skor X < 58 sebanyak 23 responden (22%), sehingga secara umum skor variabel berada pada kategori sedang.

C. Kategori Skor Variabel Kepuasan Hidup

Di bawah ini merupakan tabel kategorisasi variabel kepuasan hidup yang terdiri dari kategori tinggi, sedang dan rendah.

Tabel 5. Kategori Skor Variabel Kepuasan Hidup

Kategori	Rentang Skor	Jumlah (n)	Presentase (%)
Tinggi	X > 82	20	20 %
Sedang	57 ≤ X < 82	60	59 %
Rendah	X < 57	21	21 %
Total		**102**	**100%**

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa kategorisasi variabel terbagi ke dalam tiga kategori, yaitu kategori tinggi dengan rentang skor X > 82 sebanyak 20 responden (20%), kategori sedang dengan rentang skor 57 < X < 82 sebanyak 60 responden (59%), dan kategori rendah dengan rentang skor X < 57 sebanyak 21 responden (21%), sehingga secara keseluruhan skor variabel berada pada kategori sedang.

3. Uji Asumsi Klasik

Langkah selanjutnya yaitu uji asumsi, tahap uji asumsi ini dilakukan guna mengetahui standar data yang diperoleh memenuhi standar analisis statistik atau tidaknya yang meliputi uji normalitas, uji linearitas dan uji heteroskedasitas.

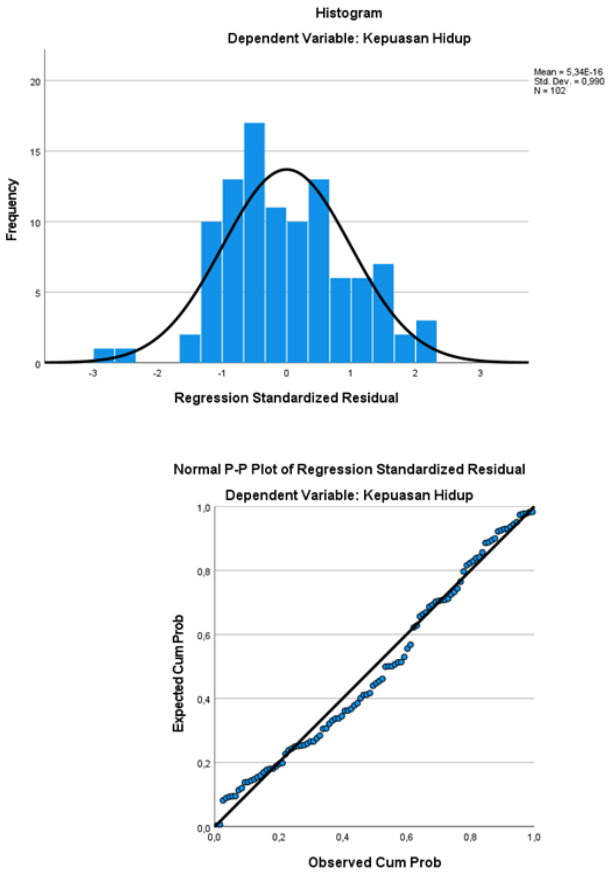
a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk tujuan mengetahui hasil data yang telah diambil dalam penelitian. Untuk menguji normalitas data dalam penelitian ini, digunakan uji *Kolmogorov Smirnov- Test*. Distribusi data yang normal apabila mendapatkan nilai signifikan p>0.05. Uji normalitas dilakukan menggunakan *software* IBM SPSS 26.0 *for windows* yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Variabel	SD	K-S	Taraf Signifikan	Ket
Dukungan Sosial Kerja (X1)	12,155	0,091	0,137 > 0,05	Normal
Kebersyukuran (X2)	13,724	0,054	0,200 > 0,05	Normal
Kepuasan Hidup (Y)	12,661	0,053	0,200 > 0,05	Normal

Berdasarkan tabel *One-Sample Kolmogorov–Smirnov Test*, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) pada variabel dukungan sosial kerja sebesar p = 0,137 > 0,05, variabel kebersyukuran sebesar p = 0,200 > 0,05, dan variabel kepuasan hidup sebesar p = 0,200 > 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel terdistribusi normal; selain menggunakan uji statistik, uji normalitas juga dapat dilakukan secara visual melalui grafik.



Gambar 1. Uji Normalitas Variabel

Berdasarkan grafik histogram residual dan Normal P–P Plot, terlihat bahwa sebaran data residual pada variabel kepuasan hidup membentuk pola menyerupai kurva lonceng (*bell-shaped*) dan titik-titik pada grafik P–P Plot menyebar di sekitar serta mengikuti garis diagonal, sehingga dapat disimpulkan bahwa residual berdistribusi normal dan asumsi normalitas dalam model regresi terpenuhi.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan dengann tujuan untuk mengetahui apakah penelitian yang telah dilakukan terdapat hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas yang ditentukan dengann nilai taraf signifikan p > 0.05. uji linearitas pada penelitian ini menggunakan *software* IBM SPSS 26,0 yang dijelaskan dalam tabel berikut ini:

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas Variabel

Variabel	Deviation From Linearity (F)	Linearity	Ket
Dukungan Sosial Kerja (X1)	0,592 > 0,05	0,001 < 0,05	Linear
Kebersyukuran (X2)	0,597 > 0,05	0,001 < 0,05	Linear

Berdasarkan tabel uji linearitas di atas, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara dukungan sosial kerja dengan kepuasan hidup pada tabel *Deviation from Linearity* diperoleh nilai p = 0,592 (p > 0,05), yang menunjukkan bahwa hubungan keduanya bersifat linear, sedangkan hubungan antara kebersyukuran dengan kepuasan hidup diperoleh nilai p = 0,597 (p > 0,05), sehingga dapat diartikan bahwa kedua variabel independen memiliki hubungan linear dengan variabel dependen.

c. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui hubungan linear antara variabel independen didalam regresi berganda untuk melihat hubungan atau korelasi antara masing-masing variabel. Untuk mengetahui terjadinya multikolinearitas dapat dilihat dari nilai tolerance dan Variable Inflation Factor (VIF). Model regresi dapat dikatakan bebas dari multikolinieritas adalah model regresi yang nilai Variable Inflation Factor (VIF) <10.00 dan nilai tolerance (T) > 0.10. Hasil dari uji multikolinearitas dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Hasil Uji Multikolinieritas

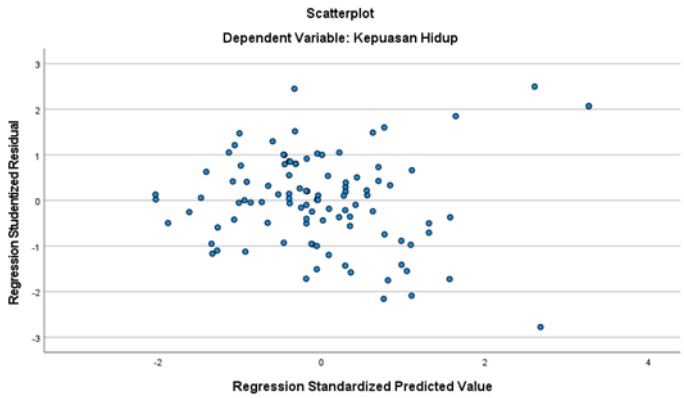
Variabel	*Colinearity Statistic*		Ket
	Tolerance	VIF	
Dukungan Sosial Kerja (X1)	0,777 > 0,100	1,288 < 10,00	Tidak Terjadi Multikolineritas
Kebersyukuran (X2)	0,777 > 0,100	1,288 < 10,00	Tidak Terjadi Multikolineritas

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas, diketahui bahwa variabel dukungan sosial kerja dan kebersyukuran memiliki nilai Tolerance sebesar 0,777 (> 0,100) dan VIF sebesar

1,288 (< 10,00), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas antar variabel independen dalam model regresi.

d. Uji Heteroskedasitas

Uji heteroskedastistas dilakukan untuk mengetahui apakah ada ketidaksamaan variasi dari suatu nilai residual dari satu pengamatan ke pengamatan lainnya yang dilihat dari grafik plot antara nilai prediksi variabel dengann nilai residual, apabila titik-titik pada grafik menyebar dibawah dan daitas angka 0 pada sumbu Y dan tidak membentuk suatu pola tertentu. Berikut ini merupakan hasil uji heteroskedastistas dengann *software* SPSS 26.0 *for windows*.



Gambar 2. Uji Heteroskedastitas

Berdasarkan hasil scatterplot yang ditampilkan, terlihat bahwa titik-titik data menyebar secara acak di atas dan di bawah angka nol pada sumbu Y serta tidak membentuk pola tertentu, seperti pola mengerucut, melebar, maupun bergelombang. Penyebaran titik juga relatif merata pada seluruh rentang nilai prediksi variabel kepuasan hidup.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedastisitas dalam model regresi penelitian ini. Oleh karena itu, model regresi memenuhi asumsi homoskedastisitas dan layak digunakan untuk analisis regresi selanjutnya.

4. Uji hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial rekan kerja (X1), kebersyukuran (X2), dan kepuasan hidup (Y) pada guru honorer, menggunakan perangkat lunak IBM SPSS 26.0 for Windows. Hipotesis pertama menguji pengaruh simultan X1 dan X2 terhadap Y, menghasilkan nilai R sebesar 0,759, R Square 0,576, dan F hitung 67,183 dengan signifikansi $p < 0,001$ ($p < 0,05$), menunjukkan bahwa kedua variabel independen secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kepuasan hidup, menyumbang 57,6% variasi, sementara 42,4% dipengaruhi faktor lain (Agustina, 2022; Fathurrahman, 2023). Hipotesis kedua mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial rekan kerja dan kepuasan hidup, dengan koefisien korelasi $r = 0,089$ dan signifikansi 0,002 ($p < 0,01$), mengonfirmasi hubungan positif signifikan, di mana dukungan yang lebih tinggi meningkatkan kepuasan hidup, sejalan dengan teori buffer stres (Cohen & Hoberman, 1983).

Hipotesis ketiga memeriksa relasi kebersyukuran dengan kepuasan hidup, memperoleh r = 0,713 dan signifikansi 0,000 (p < 0,01), membuktikan hubungan positif kuat, konsisten dengan pendekatan psikologi positif yang menekankan gratitude sebagai pendorong kesejahteraan (Emmons, 2003; Wood et al., 2010). Analisis regresi berganda menghasilkan persamaan Y = 15,199 + 0,093X1 + 0,657X2, mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada X1 meningkatkan Y sebesar 0,093, sedangkan pada X2 sebesar 0,657, dengan asumsi variabel lain konstan (Ghozali, 2016). Sumbangan efektif menunjukkan kebersyukuran berkontribusi 53,83%, dukungan sosial 3,79%, dan total 57,62%, menegaskan peran dominan kebersyukuran dalam meningkatkan kepuasan hidup guru honorer di tengah tantangan kerja (Mutia & Hartati, 2024; Khairullah et al., 2021). Temuan ini mendukung intervensi berbasis dukungan sosial dan gratitude untuk kesejahteraan psikologis (Millisani & Handayani, 2019).

Rendahnya kontribusi dukungan sosial rekan kerja dibandingkan kebersyukuran dapat dipahami dari karakteristik pekerjaan guru yang relatif bersifat individual di dalam kelas. Sebagian besar aktivitas mengajar dilakukan secara mandiri, sehingga intensitas interaksi profesional antar guru tidak selalu berlangsung secara mendalam dalam proses pembelajaran sehari-hari. Interaksi antar rekan kerja lebih banyak terjadi pada konteks administratif atau rapat formal, bukan dalam praktik mengajar di ruang kelas. Kondisi ini memungkinkan dukungan sosial tetap berperan, namun tidak menjadi faktor dominan dalam membentuk evaluasi subjektif terhadap kehidupan secara keseluruhan.

Sebaliknya, kebersyukuran merupakan faktor internal yang bersifat personal dan stabil, yang melekat pada cara individu memaknai pengalaman hidupnya. Dalam konteks guru honorer yang menghadapi keterbatasan ekonomi dan ketidakpastian status kerja, mekanisme internal seperti kebersyukuran dapat menjadi sumber regulasi emosi dan penilaian kognitif yang lebih kuat dibandingkan dukungan eksternal. Artinya, ketika dukungan struktural terbatas dan pola kerja cenderung individualistik, faktor psikologis internal lebih menentukan dalam membentuk kepuasan hidup.

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, teknik analisis yang digunakan yaitu teknik analisis regresi berganda untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial kerja dan kebersyukuran dengan kepuasan hidup pada guru honorer. Peneliti menggunakan software IBM SPSS 26.0 for Windows dalam menganalisis data penelitian. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 102 guru honorer yang diperoleh melalui teknik pengambilan sampel total sampling, di mana seluruh subjek yang memenuhi kriteria dijadikan sebagai sampel penelitian. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala, yaitu skala dukungan sosial kerja, skala kebersyukuran, dan skala kepuasan hidup yang telah disesuaikan dengan karakteristik responden.

Dalam penelitian ini, skor masing-masing variabel dikategorikan ke dalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Hasil kategorisasi variabel dukungan sosial kerja menunjukkan bahwa kategori tinggi dengan rentang skor X > 88 sebanyak 17 responden (17%), kategori sedang dengan rentang skor 64 < X < 88 sebanyak 75 responden (75%), dan kategori rendah dengan rentang skor X < 64 sebanyak 8 responden (8%). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial kerja pada guru honorer berada pada kategori sedang.

Selanjutnya, hasil kategorisasi variabel kebersyukuran menunjukkan bahwa kategori tinggi dengan rentang skor X > 86 sebanyak 19 responden (19%), kategori sedang dengan

rentang skor 58 < X < 86 sebanyak 60 responden (59%), dan kategori rendah dengan rentang skor X < 58 sebanyak 23 responden (22%). Berdasarkan hasil kategorisasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat kebersyukuran guru honorer secara umum berada pada kategori sedang.

Pada variabel kepuasan hidup, hasil kategorisasi menunjukkan bahwa kategori tinggi dengan rentang skor X > 82 sebanyak 20 responden (20%), kategori sedang dengan rentang skor 57 < X < 82 sebanyak 60 responden (59%), dan kategori rendah dengan rentang skor X < 57 sebanyak 21 responden (21%). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat kepuasan hidup guru honorer secara keseluruhan berada pada kategori sedang.

Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial kerja dan kebersyukuran secara simultan dengan kepuasan hidup. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,759, nilai R Square sebesar 0,576, dan nilai F sebesar 67,183 dengan taraf signifikansi p < 0,001 (p < 0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa sebesar 57,6% variasi kepuasan hidup dipengaruhi oleh dukungan sosial kerja dan kebersyukuran, sedangkan sebesar 42,4% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Dengan demikian, hipotesis pertama dalam penelitian ini dapat diterima.

Hipotesis kedua dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial kerja dengan kepuasan hidup pada guru honorer. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi (r_{x1y}) sebesar 0,089 dengan taraf signifikansi 0,002 (p < 0,01). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial kerja yang diterima oleh guru honorer, maka semakin tinggi pula kepuasan hidup yang dirasakan. Dukungan sosial kerja yang diperoleh dari rekan kerja, atasan, dan lingkungan kerja dapat membantu guru honorer merasa dihargai dan diperhatikan, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan kepuasan hidup.

Hipotesis ketiga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kebersyukuran dengan kepuasan hidup pada guru honorer. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (r_{x2y}) sebesar 0,713 dengan taraf signifikansi 0,000 (p < 0,01). Hasil ini menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang kuat dengan kepuasan hidup, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kebersyukuran yang dimiliki guru honorer, maka semakin tinggi pula kepuasan hidup yang dirasakan. Kebersyukuran membantu individu memaknai kehidupan secara lebih positif dan menerima kondisi hidup dengan lapang.

Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa koefisien regresi dukungan sosial kerja sebesar 0,093, yang berarti setiap peningkatan satu satuan dukungan sosial kerja akan meningkatkan kepuasan hidup sebesar 0,093, dengan asumsi variabel lain konstan. Sementara itu, koefisien regresi kebersyukuran sebesar 0,657 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan kebersyukuran akan meningkatkan kepuasan hidup sebesar 0,657. Hasil ini menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kepuasan hidup dibandingkan dukungan sosial kerja.

Jika ditinjau dari aspek perkembangan individu, tingkat kebersyukuran berpotensi meningkat seiring bertambahnya usia dan masa kerja. Secara psikologis, individu yang lebih dewasa cenderung memiliki regulasi emosi yang lebih stabil serta kemampuan refleksi yang lebih matang terhadap pengalaman hidup. Guru honorer yang telah memiliki masa kerja lebih panjang kemungkinan telah melalui berbagai dinamika profesional, sehingga proses adaptasi dan penerimaan terhadap kondisi kerja menjadi lebih kuat.

Pengalaman tersebut dapat membentuk sikap qana'ah dan kebersyukuran yang lebih mendalam dibandingkan guru dengan masa kerja yang lebih singkat.

Dalam konteks ini, kebersyukuran dapat berperan sebagai mekanisme psikologis yang menjembatani pengalaman kerja dengan evaluasi kepuasan hidup. Artinya, semakin lama individu bertahan dalam profesi dengan berbagai tantangan, semakin besar kemungkinan ia membangun makna, penerimaan, dan rasa syukur terhadap perannya sebagai pendidik. Proses internalisasi makna tersebut berpotensi memediasi hubungan antara pengalaman kerja (usia dan masa kerja) dengan kepuasan hidup. Meskipun penelitian ini tidak secara langsung menguji model mediasi berdasarkan usia dan masa kerja, temuan mengenai dominannya peran kebersyukuran membuka peluang bagi penelitian selanjutnya untuk mengeksplorasi variabel demografis sebagai faktor yang memperkuat atau memperantarai kepuasan hidup guru honorer.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya penggunaan metode pengumpulan data berupa kuesioner yang memungkinkan adanya bias subjektivitas responden. Jawaban yang diberikan responden belum tentu sepenuhnya mencerminkan kondisi yang sebenarnya, karena dipengaruhi oleh perbedaan persepsi, pemahaman, dan tingkat kejujuran masing-masing responden. Oleh karena itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode pengumpulan data tambahan, seperti wawancara atau observasi, agar memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial kerja dan kebersyukuran secara simultan dengan kepuasan hidup guru honorer, dengan nilai R = 0,759 dan R Square = 0,576, yang menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 57,6% terhadap kepuasan hidup. Secara parsial, dukungan sosial kerja memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kepuasan hidup dengan sumbangan efektif sebesar 3,79%, sedangkan kebersyukuran menunjukkan kontribusi yang jauh lebih besar yaitu 53,83%. Temuan ini menegaskan bahwa meskipun dukungan sosial dari rekan kerja berperan dalam meningkatkan kepuasan hidup, faktor internal berupa kebersyukuran menjadi determinan yang lebih dominan dalam membentuk evaluasi positif terhadap kehidupan guru honorer di tengah keterbatasan ekonomi dan ketidakpastian status kerja.

Implikasi dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan kepuasan hidup guru honorer tidak hanya bergantung pada perbaikan aspek struktural, tetapi juga pada penguatan lingkungan sosial dan kapasitas psikologis individu. Oleh karena itu, kepala sekolah perlu mendesain aktivitas team building yang berfokus pada penguatan apresiasi antar rekan sejawat, seperti forum berbagi praktik baik, refleksi bersama, serta budaya saling memberi dukungan positif guna meningkatkan efektivitas dukungan sosial di lingkungan sekolah. Selain itu, institusi pendidikan dan dinas terkait dapat mengembangkan program penguatan kesejahteraan psikologis berbasis pendekatan psikologi positif, seperti pelatihan kebersyukuran dan pendampingan emosional, sebagai strategi preventif dalam menjaga stabilitas dan kepuasan hidup guru honorer. Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan kesejahteraan psikologis guru honorer dapat meningkat sehingga berdampak pada kualitas pendidikan secara lebih luas.

DAFTAR REFERENSI

1. Agustina, F., & W. (2022). Hubungan antara dukungan emosional dengan psychological well-being pada peserta didik di sekolah menengah kejuruan. *Article Type: Education*, *6*(1), 61. https://doi.org/0.21070/acopen.6.2022.234410.21070/acopen.6.2022.2344
2. Algoe, S. B. (2012). Find, remind, and bind: The functions of gratitude in everyday relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, *6*(6), 454–469.
3. Andy Pratama, M. F., & Putri Handayani, W. P. (2022). Pengaruh Reward Dan Punishment Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Sosial Ekonomi Bisnis*, *2*(2), 62–70.
4. Azwar, S. (2019). *Metode Penelitian Psikologi*. Pustaka Belajar.
5. Campbell, Angus, Philip E. Converse, dan W. L. R. (1976). *The quality of american life, perceptions, evaluations, and satisfactions.* Rusell Sage Foundation.
6. Carver, C. S., & Blaney, P. H. (1987). Predicting successful completion of anaftercare program following treatment for alcoholism: the role of dispositional optimism. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*(3), 579–580.
7. Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress. *Journal of Applied Social Psychology*, *13*(2), 99–125.
8. Costa, P. T., & Mccrae, R. R. (1980). Influence of Extraversion and Neuroticism on Subjective Well-Being: Happy and Unhappy People. *Journal of Personality and Social Psychology*, *38*(4), 668–678.
9. Creswell, J. (2013). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif,dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
10. Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). appy People Live Longer: Subjective Well- Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, *3*(1), 1–43.
11. Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (1997). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, *2*(4), 111.
12. Diener, E. (2002). subjective well-being the science of happiness and a proposal for a national index. *American Pshycologycal Association*, *55*(1), 34–43.
13. Emmons, A. R. & M. E. M. (2003). Counting blessing versus burdens : an experimental inverstigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, *2*(1), 377–389.
14. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, *56*(3), 218–226.
15. Ghozali. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
16. Hidayat, R. dan. (2020). *Kebersyukuran sebagai Faktor Penentu Kepuasan Hidup pada Guru Non-PNS*. UIN Sunan Kalijaga.
17. House, J. S. (1990). *Measurement and Concepts of Social Support*. Academic Press, inc.
18. Indonesia, K. R. (2022). *Buku Saku Tanya Jawab Kurikulum*. Merdeka.
19. Judge, T. A., & Watanabe, S. (1994). Individual Differences in The Nature of The Relationship between Job and Life Satisfaction. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, *7*(1), 101–107.
20. Kemendikbud. (2021). *Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 Tentang Pencegahan Corona Virus Disease (Covid-19)*. Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.

21. Linton, J. D., Klassen, R., Jayaraman, V., Walker, H., Brammer, S., Ruparathna, R., Hewage, K., Thomson, J., Jackson, T., Baloi, D., Cooper, D. R., Hoejmose, S. U., Adrien-Kirby, A. J., Sierra, L. A., Pellicer, E., Yepes, V., Giunipero, L. C., Hooker, R. E., Denslow, D., … Anane, A. (2020). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における 健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Sustainability (Switzerland)*, *14*(2), 1–4. http://www.unpcdc.org/media/15782/sustainable procurement practice.pdf%0Ahttps://europa.eu/capacity4dev/unep/document/briefing-note-sustainable-public-procurement%0Ahttp://www.hpw.qld.gov.au/SiteCollectionDocuments/ProcurementGuideIntegratingSustainabilit
22. Muetya, sena G., Rifai, M., & santoso, teguh, panji, M. (2022). Hubungan Kebersyukuran Dengan Kepuasan Hidup Pada Guru Honorer Wanita Sekolah Dasar Negeri Di Kota Padang. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, *9*(4), 1483–1490.
23. Pavot, W., Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assesment*, *5*(2), 164–172.
24. Pramesti, N. M., & Aulia, A. (2024). *Dinamika Psikologis : Jurnal Ilmiah Psikologis Peran Kebersyukuran Dan Resiliensi Terhadap Subjective Well-Being Dalam Bekerja Pada Guru Honorer Di Daerah Istimewa Yogyakarta Abstrak Guru Memiliki Peran Strategis dalam mencetak generasi unggul dalam proses pendidikan . merencanakan , menganalisis , dan menyimpulkan masalah yang dihadapi (Djamarah , 2015). Sementara , tenaga kerja honorer adalah seseorang yang diangkat oleh Pejabat Pembina penghasilannya menjadi beban Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara atau Anggaran dan Pendapatan Belanja Daerah . PNS maupun guru tetap di sekolah swasta , hanya saja guru honorer tidak memiliki status terjadi khususnya di Daerah Istimewa Yogyakarta . Guru honorer di Gunungkidul masih serupa juga dimuat dalam Putri (2021) yang menjelaskan bahwa Disdikpora memberikan gaji 1 . 000 . 000 per bulan . Hal tersebut memperlihatkan bahwa gaji guru honorer di wilayah tersebut*. *1*(2), 1–21. https://doi.org/10.26486/jdp.v1i2.3969
25. Rhoades, L. & Eisenberger, R. (2002). Perceived Organizational Support: A Review of the Literature. *Journal of Applied Psychology*, *87*(4), 698–714.
26. Santoso, U. (2016). *Hukum Kajian Muamalah (Hukum Perdata Islam)*. Kencana Parendra Group.
27. Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, G. r. (1990). *Social support: An. Interactional View*. John Wiley & Sons, Inc.
28. Sari, R. D. P. (2024). *Penerapan Pp Nomor 36 Tahun 2021 Tentang Pengupahan Terhadap Gaji Guru Honorer (Studi Di Sdn Klanderan Kecamatan Plosoklaten, Kabupaten Kediri)*. Universitas Islam Kediri.
29. Shanock, L. R., & Eisenberger, R. (2006). When Supervisors Feel Supported: Relationships With Subordinates' Perceived Supervisor Support, Perceived Organizational Support, and Performance. *Journal of Applied Psychology*, *8*(2), 689–695.
30. Sugiyono, P. D. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
31. Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: where are we? what next? *Journal of Health and Social Behavior*, *5*(1), 53–79.
32. Viswesvaran, C., Sanchez, J. I., & Fisher, J. (1999). The Role of Social Support in the Process of Work Stress: A Meta-Analysis. *Journal of Vocational Behavior*, *1*(2), 16661. https://doi.org/10.1006/jvbe.1998.1661

33. Wood, A., Froh, J., & Geraghty, A. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Article in Press Clinical Psychology Review*, *8*(2), 1–16.
34. Wulandari, M., Umaroh, S. K., & Mariskha, S. E. (2020). Pengaruh efikasi diri dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Motiva Jurnal Psikologi*, *3*(1), 35. https://doi.org/10.31293/mv.v3i1.4808
35. Yuzar Biyan, Zaldhi Yusuf Akbar, & R. F. (2024). Pengaruh Kebersyukuran dan Social Support terhadap Subjective Well-Being pada Guru Honorer di Kecamatan Kramat Jati. *Jurnal Psikologi*, *1*(2), 111–121.