

**PENGARUH KONFLIK PERAN GANDA DIMODERASI REGULASI
DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU
PENDIDIKAN ANAK USIA DINI (PAUD) DI KECAMATAN
KARANGPLOSO MALANG**

TESIS



Oleh:

Salimatul Ummah

NIM: 210401210013

**MAGISTER PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2023

**PENGARUH KONFLIK PERAN GANDA DIMODERASI REGULASI
DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU
PENDIDIKAN ANAK USIA DINI (PAUD) DI KECAMATAN
KARANGPLOSO MALANG**

TESIS

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Magister (S2)
Psikologi

Oleh:

Salimatul Ummah

NIM: 210401210013

**MAGISTER PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2023

PENGARUH KONFLIK PERAN GANDA DIMODERASI REGULASI
DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU
PENDIDIKAN ANAK USIA DINI (PAUD) DI KECAMATAN
KARANGPLOSO MALANG

TESIS

Oleh:

Salimatul Ummah

NIM: 210401210013

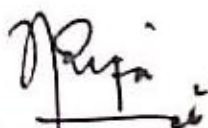
Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing

Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2


Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.
NIP 197405182005012002


Prof. Dr. H. Rifa Hidayah, M.Si.
NIP 197611282002122001

Mengetahui,


Dekan Fakultas Psikologi
Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si.
NIP 197611282002122001

**PENGARUH KONFLIK PERAN GANDA DIMODERASI REGULASI DIRI
TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU PENDIDIKAN ANAK USIA
DINI (PAUD) DI KECAMATAN KARANGPLOSO MALANG**

TESIS

Oleh:

Salimatul Ummah
NIM 210401210013

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal, 06 Juli 2023

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing 1



Dr. Elok Malimatus Sa'diyah, M.Si.
NIP 197405182005012002
Dosen Pembimbing 2

Penguji Utama



Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si.
NIP 197220718 1999032001
Ketua Penguji



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si.
NIP 197611282002122001



Dr. Retno Mangestuti, M.Si.
NIP 197502 20200312 2004

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister
Psikologi Tanggal, 06 Juli 2023

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si.
197611282002122001

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Salimatul Ummah

NIM : 210401210013

Program Studi : Magister Psikologi

Judul Penelitian : Pengaruh Konflik Peran Ganda Dimoderasi oleh Regulasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru PAUD di Kecamatan Karangploso Malang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi/falsifikasi/fabrikasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi/falsifikasi/fabrikasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Malang, 06 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,

 Salimatul Ummah
M. 210401210013

MOTO

أَدْعُوَانِي فَاسْتَجِبْ لَكُمْ (المؤمن: ٦٠)

“Berdoalah kepadaku, Niscaya Aku Akan Kabulkan untukmu.” (QS. Al-Mukmin: 60)

“Ibarat kayuhan sepeda yang selalu tetap pada tujuannya, begitulah setiap doa yang selalu Allah SWT kabulkan. Mari selalu panjatkan segala doa & menyandarkan segala bentuk ikhtyar hanya kepadaNya, karena Dia-lah Sang Maha Pengabul Doa.” (Salimatul Ummah)

PERSEMBAHAN

Tesis ini penulis persembahkan untuk:

Suami & anak-anak tercinta Zainul Anwar, Arsyah Malika Anwar, & Sultan Ibrahim Anwar, orang tua tersayang Wachidi & Murlin, serta orang-orang yang telah berjasa selama masa perkuliahan maupun orang-orang terdekat yang tidak bisa satu persatu disebutkan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur *Alhamdulillah* senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak dihari akhir.

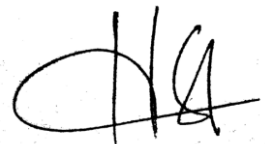
Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. HM. Zainuddin, MA, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dan dosen pembimbing dua.
3. Dr. Mohammad Mahpur, M.Si. selaku Ketua Prodi Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si. selaku dosen pembimbing satu dengan bimbingan beliau yang sangat bagus.
5. Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si. selaku dosen penguji utama dan Dr. Retno Mangestuti, M.Si. selaku ketua penguji
6. Seluruh pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan tesis ini baik moril maupun materiil.

Akhirnya penulis berharap semoga tesis ini bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Malang, 06 Juli 2023

Peneliti,



Salimatul Ummah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
MOTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Kesejahteraan Psikologis	10
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis	10
2. Aspek Kesejahteraan Psikologis	12
3. Faktor Kesejahteraan Psikologis	14
B. Konflik Peran Ganda.....	16
1. Pengertian Konflik Peran Ganda.....	16
2. Aspek Konflik Peran Ganda.....	18
3. Faktor Konflik Peran Ganda	20
4. Jenis Konflik Peran Ganda.....	22
C. Regulasi Diri	22
1. Pengertian Regulasi Diri	22
2. Aspek Regulasi Diri	24
3. Tahapan Regulasi Diri.....	26
4. Manfaat Regulasi Diri.....	28
5. Faktor yang Mempengaruhi	29
D. Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD).....	31
1. Pengertian Guru PAUD.....	31
2. Peran Guru PAUD.....	33
3. Kondisi Guru PAUD	34
E. Regulasi Diri Sebagai Moderasi antara Pengaruh Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis	35
F. Kerangka Konseptual	36
G. Hipotesis.....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
A. Desain Penelitian.....	40

B. Definisi Operasional.....	41
C. Populasi dan Sampel	42
D. Teknik Pengumpulan Data.....	43
E. Analisis Data	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	52
A. Pelaksanaan Penelitian	52
1. Gambaran Lokasi Penelitian	52
2. Pengumpulan Data	53
3. Pelaksaaan Skoring	53
B. Hasil Penelitian	53
1. Analisis Kategorisasi Variabel	53
2. Uji Asumsi Klasik.....	65
3. Uji Analisis Regresi Moderasi	67
4. Uji Hipotesis.....	68
C. Pembahasan.....	70
1. Kesejahteraan Psikologis Guru PAUD	71
2. Konflik Peran Ganda Guru PAUD.....	73
3. Regulasi Diri Guru PAUD	75
4. Pengaruh Konflik Peran Ganda Dimoderasi Regulasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru PAUD	75
BAB V PENUTUP	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	85
1. Lampiran Surat Ijin Penelitian	85
2. Lampiran Kuesioner/Angket Penelitian.....	86
3. Lampiran Hasil Review Expert Judgment	91
4. Lampiran Hasil Output SPSS.....	99

DAFTAR TABEL

3.1. Blueprint Kesejahteraan Psikologis	43
3.2. Blueprint Konflik Peran Ganda.....	44
3.3. Blueprint Regulasi Diri	44
3.4. Skor Alternatif Jawaban.....	45
3.5. Rumus Kategorisasi Variabel.....	48
4.1. Hasil Kategorisasi Konflik Peran Ganda Secara Umum.....	55
4.2. Hasil Kategorisasi Konflik Peran Ganda Berdasarkan Aspek	57
4.3. Hasil Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis secara Umum.....	58
4.4. Hasil Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Aspek.....	60
4.5. Hasil Kategorisasi Reguulasi Diri Secara Umum	62
4.6. Hasil Kategorisasi Regulasi Diri Berdasarkan Aspek.....	65
4.7. Hasil Uji Normalitas	65
4.8. Hasil Uji Multikolinieritas	66
4.9. Hasil Uji Regresi Moderasi.....	67
4.10. Hasil Uji Koefisien Determinasi	70
4.11. Hasil Uji Statistik F.....	69
4.12. Hasil Uji Statistik T.....	7

DAFTAR GAMBAR

3.1 Gambar Kaerangka Teoritis	38
4.1. Hasil Uji Heterokesdisitas Menggunakan Scatterplot.....	67

ABSTRAK

Salimatul Ummah, 210401210013. Pengaruh Konflik Peran Ganda yang Dimoderasi Regulasi Diri oleh Regulasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru PAUD di Kecamatan Karangploso Malang. Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023.

Dosen Pembimbing 1: Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.

Dosen Pembimbing 2: Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si.

Kesejahteraan psikologis guru PAUD di Kecamatan Karangploso tergolong rendah. Hal tersebut dapat mempengaruhi kinerja dan profesionalitas dari guru PAUD. Kebanyakan kesejahteraan psikologis guru PAUD terganggu diakibatkan oleh konflik peran ganda yang dialami. Namun dari konflik yang ditimbulkan peran ganda tersebut, masih banyak guru PAUD yang tetap bekerja dengan semangat, gembira, dan bahkan mampu mengaktualisasikan dirinya dengan baik dengan kata lain para guru PAUD tersebut masih mampu mengontrol dirinya atau meregulasi dirinya.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh konflik peran ganda yang dimoderasi oleh regulasi diri terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD yang ada di Kecamatan Karangploso Malang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bawa tingkat konflik peran ganda berada pada kategori tinggi dan aspek *time-based conflict* menjadi dengan tingkatan tertinggi dengan skor 51,4% dengan frekuensi 36 responden. Tingkat kesejahteraan psikologis tergolong rendah dengan skor 55,7% dari 39 responden dan aspek pengembangan pribadi menjadi aspek paling berperan terhadap rendahnya kesejahteraan psikologis. Sedangkan tingkat regulasi diri tergolong tinggi dengan skor 77,1% dari 54 responden dan aspek *goal setting* sangat berperan terhadap regulasi diri. Sedangkan pengaruh konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD sebesar 70,9% dengan nilai sig. 00.000 < 0.05. setelah dimoderasi variabel moderasi (regulasi diri) meningkat menjadi 80.3%. dengan nilai signifikansi < 0.05. Maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri berpengaruh terhadap konflik peran ganda dan kesejahteraan psikologis guru PAUD.

Kata Kunci: Konflik Peran Ganda, Regulasi Diri, Kesejahteraan Psikologis, guru PAUD

ABSTRACT

Salimatul Ummah, 210401210013. The Influence of Multiple Role Conflict Moderated by Self Regulation on the Psychological Welfare of PAUD Teachers in Karangploso District, Malang. Master of Psychology, Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023.

The psychological well-being of ECCE teachers in Karangploso District is low. This can affect the performance and professionalism of ECCE teachers. Most of

the psychological well-being of ECCE teachers is caused by the multiple role conflicts they experience. However, from the conflict caused by this dual role, there are still many ECCE teachers who continue to work enthusiastically, happily, and are even able to actualize themselves well. In other words, these ECCE teachers are still able to control themselves or regulate themselves.

The purpose of this study was to determine the effect of multiple role conflict moderated by self-regulation on the psychological well-being of ECCE teachers in Karangploso District, Malang. The method used in this research is a quantitative method.

The results showed that the level of multiple role conflict was in the high category and the time-based conflict aspect was the highest level with a score of 51.4% with a frequency of 36 respondents. The level of psychological well-being was low with a score of 55.7% from 39 respondents and the personal development aspect was the most contributing aspect to low psychological well-being. While the level of self-regulation is high with a score of 77.1% from 54 respondents and the aspect of goal setting is very instrumental to self-regulation. Meanwhile, the effect of dual-role conflict on the psychological well-being of ECCE teachers was 70.9% with a sig score. $00,000 < 0.05$. After moderation the moderation variable (self-regulation) increased to 80.3%. with a significance value of < 0.05 . It can be concluded that self-regulation affects multiple role conflicts and the psychological well-being of ECCE teachers.

Key Word: *Role Conflict, Self-Regulation, Psikologi Well-being, ECCE teachers*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan pendidikan yang memberikan naungan kepada anak berusia 2 hingga 6 tahun, yang memiliki program yang sudah disesuaikan dengan usia anak dan membutuhkan kompetensi ahli agar tumbuh kembang anak maksimal (Sujiono 2009). Guru PAUD tidak hanya memiliki tugas mengembangkan satu aspek kemampuan peserta didik, akan tetapi juga bertanggung jawab untuk terampil dan profesional dalam merangsang seluruh aspek perkembangan anak yang sedang dalam masa usia keemasan tersebut (Setiawan and Nadar 2021). Guru dituntut harus mampu 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). Oleh karena itu, sebelum memaksimalkan perkembangan peserta didiknya, maka guru PAUD seharusnya juga memaksimalkan kesejahteraannya secara fisik maupun psikis.

Akibat banyaknya tuntutan-tuntutan yang dialami, guru PAUD di Kecamatan Karangploso Malang merasa rendah dalam penerimaan dirinya, meskipun mereka menyadari bahwa profesi ini sangat membawa manfaat bagi orang lain (Izzati & Mulyana 2018). Guru banyak merasa kelelahan sehingga mempengaruhi sikap dan perilakunya dengan orang lain, seperti wali murid atau bahkan keluarganya (anak, suami/istri, orang tua). Guru PAUD terlihat tidak memiliki tujuan yang ingin dicapai karena terbatasnya jenjang karir yang kemudian sangat mempengaruhi motivasinya terhadap pengembangan diri. Guru PAUD diharuskan mampu menjalin dan berhubungan baik dengan pihak-pihak yang bekerjasama dengan lembaga penyelenggara PAUD, seperti instansi kesehatan, departemen agama, kepolisian, pengusaha, kelompok kesenian, instansi pemerintah, kelompok-kelompok masyarakat dan keorantuaan, dan masih banyak lagi. Pihak-pihak tersebut yang turut andil memfasilitasi ketercapaian perkembangan dan

pertumbuhan anak usia dini, namun juga sekaligus memberikan beban yang tidak hanya sedikit dan malah lebih berat dibandingkan dengan tugas mengajar di sekolah. *Partner* sekolah tersebut memerlukan keterlibatan guru secara langsung untuk menyumbangkan tenaga dan pikirannya dalam proses kegiatan. Misal, kerjasama dengan pihak medis setempat, guru harus ikut kegiatan posyandu desa dan menjadi kader kesehatan, termasuk motivator bagi orang tua dalam memberikan pengasuhan anak usia dini. Ada juga kerjasama dengan instansi pemerintahan, guru sebagai sosok yang berpengetahuan dan berpengalaman lebih dianggap bisa membantu jalannya proses pemerintahan. Misal, diperbantukan untuk melakukan sosialisasi atau penyuluhan pencegahan pernikahan anak, struktural kepengurusan badan usaha milik desa (BUMdes), dan lain-lain.

Kondisi-kondisi seperti ini yang lantas menyebabkan tugas dan beban kerja guru PAUD semakin bertambah dari pada fokus tugas utama yakni kegiatan belajar mengajar. Guru setidaknya harus menyediakan waktu tersendiri agar bisa menjalankan tugas yang berasal dari *stakeholder* tersebut, sehingga keadaan ini justru mengurangi kesempatan guru PAUD untuk lebih maksimal memberikan semangatnya ketika di rumah dan profesionalitasnya ketika bersama peserta didik di sekolah. Perasaan negatif pasti akan muncul saat sesuatu yang dilakukan oleh seseorang tidak maksimal dan perasaan tidak puas ini akan memicu terganggunya kesejahteraan psikologis guru. Padahal guru yang memiliki kesejahteraan psikologis akan mampu menguasai lingkungan, mampu mengatasi segala masalah yang dihadapi, menghindari stress, dapat mengotrol diri serta berhubungan positif dengan lingkungannya (Rachmawati 2022). Guru yang memiliki kesejahteraan psikologi tinggi akan mampu menjadikan dirinya sebagai teladan baik secara emosional maupun secara perilaku. Sebaliknya, guru yang memiliki kesejahteraan psikologi rendah akan merasa tidak puas dengan pekerjaannya, mengeluh, serta performa yang kurang maksimal dalam menunaikan tanggung jawabnya untuk menjadi fasilitator pembelajaran bagi peserta didiknya (Indrawati 2019).

Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* memiliki makna sebagai seorang individu yang memiliki hubungan baik dengan orang lain dapat membantu integrasi diri, mengendalikan lingkungan, mencapai tujuan, dan berkembang secara pribadi (Ryff and Keyes 1995). Kesejahteraan psikologis akan mendorong guru untuk mampu menjalankan tanggungjawab perannya, merasa bahagia, serta mengembangkan dirinya dan bekerja secara proporsional dan profesional sebagai tenaga pendidik (Octaviana 2019). Selain itu, Ryff (1985) juga mencatat bahwa seseorang dengan kesejahteraan psikologis adalah individu yang memiliki enam aspek, seperti penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan baik dengan orang lain (*relationship with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan diri (*personal growth*).

Pentingnya memiliki kesejahteraan psikologis bagi guru PAUD dikarenakan aspek yang ada dalam kesejahteraan psikologi menjadi ciri-ciri dari karakter dari guru PAUD itu sendiri, di mana dalam temuan Universitas Harvard, karakter merupakan 85% penentu kesuksesan seseorang, promosi jabatan, pencapaian sasaran, dan lain sebagainya. Sedangkan 15%-nya diperoleh dari keahlian atau kompetensi (Kemendikbud, 2020). Karakteristik yang wajib dimiliki seorang pendidik diantaranya adalah kasih sayang, penghargaan, pengembangan diri, kerjasama, kepercayaan, saling berbagi, memotivasi, mendengarkan, positif dalam berinteraksi, menanamkan nilai moral, mengingatkan dengan ketulusan, antusias, kerendahan hati, menginspirasi, dan toleransi. Guru dengan karakteristik tersebut dapat menempatkan diri sebagai figur yang tidak hanya bisa dilihat dan didengar oleh peserta didik, namun juga mengintegrasikan setiap pembelajaran dan menjadikannya teladan bagi anak usia dini yang diasuhnya.

Idealnya memang setiap guru PAUD harus memiliki kesejahteraan psikologis, namun realitanya guru PAUD di Kecamatan Karangploso Malang dari hasil pengamatan yang sebagian besar adalah wanita sering kali merasa kesulitan, terutama wanita yang sudah menikah yang bukan hanya kebutuhannya sendiri yang harus dipenuhi, melainkan ada anak, suami, dan terkadang orang tua yang keperluannya merupakan tanggung jawab yang

sangat menyita waktu tersendiri. Berbeda dengan wanita sendiri (*single*) yang lebih memiliki waktu, energi serta peluang untuk berkonsentrasi pada tugas-tugasnya, wanita menikah dan memiliki anak harus mengambil pekerjaan yang tidak memerlukan banyak waktu untuk bekerja supaya bisa menggabungkan tugas dalam pekerjaan maupun peran dalam keluarga. Wanita menikah menurut Djuniarti & Imanoviani (Sulastrie & Abas 2012) ialah wanita yang berstatus pernikahan yang memiliki kondisi bahwa wanita tersebut telah bersatu dalam mendirikan sistem keluarga secara menyeluruh.

Kesulitan ini terlihat ketika sedang dalam pertemuan guru yang digelar, mereka banyak mengeluhkan pekerjaan akibat kelelahan fisik dan menghadapi banyak tekanan secara psikologis yang diakibatkan oleh konflik peran mereka baik sebagai guru ataupun sebagai ibu rumah tangga yang harus siaga penuh untuk melayani keluarga (suami dan anak-anak), sehingga penerimaan diri (*self-exceptence*) menjadi rendah. Begitu pula dengan kemampuan untuk membina hubungan positif dengan orang lain (*relationship with others*) terganggu, karena peran ganda yang harus dipenuhi menyebabkan adanya kecemburuan porsi tugas, seperti jadwal piket. Secara pengembangan diri (*personal growth*) guru PAUD bisa dikatakan mempunyai jenjang karir yang terbatas dan dipandang sebagai profesi yang paling rendah diantara profesi guru pada jenjang selanjutnya. Padahal profesionalitas kinerja guru PAUD merupakan pondasi yang akan membangun pondasi kuat dalam diri anak usia dini. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ardiansyah (Ardiansyah 2017) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, salah satunya konflik peran ganda. Sebagaimana penjelasan Barnett (dalam Baruch and Barnett 1986) yang mencatat bahwa tugas dan tanggung jawab dari peran pada wanita bekerja berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya.

Penelitian Lisdiyanti (Lisdiyanti 2021) juga senada menjelaskan terkait konflik peran ganda berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seorang wanita yang memilih untuk bekerja dalam hal ini sebagai guru sekolah luar biasa (SLB) di mana seorang guru kebanyakan kesulitan menyesuaikan peran keluarga dan peran dalam pekerjaan. Greenhouse & Bautell (1985) konflik

peran ganda mempunyai makna tentang konflik yang mutlak terjadi akibat individu tidak dapat menyeimbangkan beberapa peran dalam pekerjaan dan juga peran dalam keluarga. Sedangkan menurut Frone, Russel & Cooper (1992) konflik peran ganda merupakan konflik yang dialami oleh kebanyakan wanita yang bekerja, yang harus menjalankan dua tugas dan tanggung jawab di kantor maupun keluarga secara penuh, sehingga mengakibatkan kerancuan dua peran tersebut (Octaviana 2019).

Terori peran disebutkan oleh Wirawan (Ardiansyah 2017) bahwa konflik peran biasa muncul karena dipengaruhi oleh kondisi internal dalam diri individu yang harus memilih pilihan alternatif yang ada. Konflik peran ganda juga disebabkan oleh tekanan yang berawal ketidakseimbangannya satu peran dengan peran lainnya dan biasanya konflik peran ganda serupa dengan konflik dari peran yang bermula dari satu area (pekerjaan dan keluarga) namun tidak selaras antara satu peran dengan peran yang lain. Misal, memilih mendahulukan peran pekerjaan atau tugas dalam keluarga. Ketika seorang guru tengah dihadapkan pada konflik yang berasal dari beban perannya, maka di situlah kepuasan guru terhadap pekerjaan ataupun peran untuk keluarganya menjadi tidak terpenuhi serta mengalami kelelahan akibat beban kerja, sehingga kesejahteraannya secara psikologis menjadi terganggu dan akhirnya performanya dalam memberikan pembelajaran kepada peserta didiknya menjadi tidak optimal (Rahman 2021).

Sinha (2017) menyebutkan bahwa konflik multiperan menjadi prediktor kesejahteraan psikologis wanita bekerja, di mana kepuasan peran sangat berhubungan dengan kesejahteraan psikologis seorang ibu yang berperan ganda. Kesempatan untuk pengembangan diri semakin rendah akibat konflik peran ganda, di mana peran yang mengharuskannya untuk selalu fokus terhadap setiap tugas tentu akan membuat seseorang merasa waktu untuk mengembangkan dirinya sendiri otomatis semakin berkurang (Bruening & Dixon 2007)

Fenomena yang ditemukan, meskipun secara penjelasan sebelumnya telah disebutkan bahwa konflik peran ganda dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis guru PAUD, masih terdapat guru PAUD di

Kecamatan Karangploso yang terlihat nyaman dengan pekerjaannya, puas dengan kehidupannya, dan bahagia bersama keluarganya layaknya ibu-ibu lain yang tidak berprofesi sebagai guru PAUD. Guru PAUD tetap bisa aktif bergerak dan bersyukur masih bisa mengamalkan ilmunya, ia juga nampak selalu bersemangat dengan tetap bangun pagi setiap hari, berangkat ke sekolah dengan wajah ceria serta kebanyakan mereka selalu bersikap ramah. Hal ini merupakan salah satu bentuk kemampuan individu untuk memberikan kontrol terhadap dirinya yang dinamakan dengan regulasi diri, yaitu konflik peran yang dihadapi tidak serta merta membuat semua guru PAUD menjadi tidak sejahtera. Konflik peran ganda sesuai beberapa penelitian dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD, namun konflik peran tersebut dapat dipengaruhi oleh kecakapan individu dalam mengatur dirinya sendiri, mengendalikan lingkungan terhadap tingkah lakunya, membangun dorongan kognitif, mengambil implikasi dari tingkah lakunya sendiri (Bandura 1986).

Regulasi pada diri seseorang akan membantu seseorang untuk mampu beradaptasi dengan problematika yang dihadapinya, termasuk dengan menemukan solusi bagi masalah, seperti konflik peran (Naibaho and Sawitri 2017). Zimmerman dan Kitsantas (2006) menuliskan bahwa regulasi diri adalah usaha kontrol diri untuk mendapatkan hasil baik dalam proses kognitif, motivasi dan perilaku yang menuntun seseorang menuju tujuan yang ingin dicapainya. Guru PAUD ialah guru yang sedang menghadapi anak dalam masa usia kritis, karena diusia yang banyak dijelaskan oleh para ahli sebagai masa yg sebentar dalam rentang pertumbuhan dan perkembangan manusia, di mana pada usia ini secara kognitif anak akan menyerap seluh rangsangan yang diberikan oleh orang dewasa di sekitarnya tanpa ada filter dan akan membentuk sebagai pondasi kuat dalam dirinya (Setiawan & Nadar 2021). Oleh karena itu, guru PAUD sebagai fasilitator pembelajaran anak usia dini perlu memiliki regulasi diri untuk menghadapi tantangan berbagai tugas dari beberapa peran yang harus dipenuhinya.

Bandura (George 2004) mendefinisikan regulasi diri sebagai daya individu untuk mengendalikan perilakunya dena merupakan penggerak utama

keprubadian seseorang, seperti mengobservasi, menilai, serta tanggapan diri. Sedangkan Alwisol (2019) menuliskan regulasi diri sebagai bentuk kompetensi seseorang untuk berfikir dan memanipulasi kondisi lingkungannya, sehingga ia dapat mengubah kondisi lingkungan melalui kegiatan tersebut. Menurut Howard & Miriam (2008) menemukan bahwa regulasi diri adalah proses seseorang untuk mengatur aksi dan pencapaian mereka sendiri. Menentukan target, mengevaluasi, serta memberikan apresiasi terhadap diri mereka sendiri (Mutiarachmah & Masyatmi 2019). Selain itu, Pichardo *et al.* (2017) mendefinisikan regulasi diri sebagai kemampuan mengelola dan merencanakan suatu tujuan dan perilaku mereka sendiri dengan fleksibel, berdasarkan target yang diinginkan. Individu yang mampu mengelola perilakunya dan merencanakan tujuannya serta berusaha keras untuk mencapai target yang ingin dicapainya, maka ia akan selalu siap menghadapi setiap tantangan dari berbagai tugas dan tanggung jawabnya.

Regulasi diri yang dimiliki oleh guru PAUD akan menolongnya untuk mampu mengendalikan diri. Sebagaimana dalam penelitian Yanti (2020) menuturkan bahwa semakin baik guru meregulasi dirinya, maka semakin baik mengontrol emosinya untuk menghadapi anak yang berkebutuhan khusus (ABK). Artinya, regulasi diri yang dimiliki seseorang bukan hanya baik untuk membantunya menyesuaikan diri terhadap kondisi yang dihadapinya dan menemukan jalan keluar, tetapi juga akan mengarahkannya untuk mampu mengontrol emosi ketika bertemu dengan hal-hal yang mengharuskannya untuk selalu bersabar. Melalui regulasi diri yang baik menurut Ekawati & Mulyana (2016) kelelahan fisik, mental, dan emosional bisa berkurang yang disebabkan oleh adanya tekanan kerja dan regulasi diri yang dimiliki oleh seorang guru akan mendorongnya bekerja lebih baik, sehingga bisa membawanya pada tujuan yang ingin dicapainya.

Berdasarkan paparan latar belakang tersebut, peneliti berniat ingin mengetahui tentang kesejahteraan psikologis guru PAUD dan sejauh mana konflik peran ganda yang dimoderasi oleh regulasi diri dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Tema yang diambil dalam penelitian ini yaitu “Pengaruh Konflik Peran Ganda yang Dimoderasi oleh Regulasi Diri

Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Kecamatan Karangploso Kabupaten Malang”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kesejahteraan psikologis guru PAUD yang ada di Kecamatan Karangploso Malang?
2. Bagaimana tingkat konflik peran ganda guru PAUD yang ada di Kecamatan Karangploso Malang?
3. Bagaimana tingkat regulasi guru PAUD yang ada di Kecamatan Karangploso Malang?
4. Bagaimana pengaruh konflik peran ganda dimoderasi regulasi diri terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD yang ada di Kecamatan Karangploso Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis guru PAUD yang ada di Kecamatan Karangploso Malang?
2. Mengetahui tingkat konflik peran ganda guru PAUD yang di Kecamatan Karangploso Malang?
3. Mengetahui tingkat regulasi guru PAUD yang ada di Kecamatan Karangploso Malang?
4. Mengetahui pengaruh konflik peran ganda yang dimoderasi regulasi diri terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD yang ada di Kecamatan Karangploso Malang?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

- a. Menambah pengetahuan mengenai peran ganda wanita yang bekerja sebagai guru PAUD beserta konflik yang ditimbulkan.
- b. Memberikan pemahaman terkait kesejahteraan psikologis yang sangat penting untuk dimiliki setiap guru PAUD, sehingga pihak manajemen dapat mengatur sistem kerja yang dapat membantu wanita karir

memiliki rasa cinta dan kebahagiaan terhadap profesi yang ditekuninya dengan tanpa menafikan peran di keluarga.

- c. Memberikan pemahaman bahwa wanita karir, khususnya seorang guru PAUD memiliki gejolak dalam dirinya terkait dengan peran ganda yang ia alami, sehingga dapat disusun suatu rancangan intervensi atau pelatihan agar wanita karir mempunyai regulasi diri yang baik dan meminimalisir terjadinya stress kerja dan performa yang menurun karena ketidakmampuan dalam menyeimbangkan peran gandanya.
- d. Menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya dengan tema yang lebih berkembang supaya terdapat kajian yang lebih mendalam.

2. Manfaat Teoritis

- a. Secara teoritis, manfaat dari penelitian ini diharapkan mampu memperkaya kajian ilmiah tentang wanita karir terutama profesi guru PAUD yang mengalami peran ganda, dan bagaimana regulasi diri yang dilakukan, serta pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis yang dialaminya. Karena hal ini akan memengaruhi keseimbangan antara peran di keluarga sebagai istri dan ibu dengan peran dalam organisasi.
- b. Penelitian ini di masa yang akan datang diharapkan akan membuka peluang kebijakan terbaik, terutama dari pemerintah atau instansi terkait yang akan mendukung kesejahteraan psikologis peran wanita untuk berkarir sebagai seorang guru terutama dalam kebijakan kesejahteraan finansial bagi guru PAUD.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu capaian sebagai individu, bisa membangun relasi sosial baik, mengaktualisasi diri dengan lebih baik, kontrol pada lingkungannya, serta mampu meraih tujuan dan personal yang terus berkembang. Menurut Bardburn, Diener, & Larsen (dalam Fransiska & Ninawati, 2005) kesejahteraan psikologis adalah perasaan yang mengacu pada hal-hal yang dirasakan mengenai aktivitas setiap hari, seperti perasaan tidak puas, kecemasan, sampai dengan kondisi mental positif. Hal ini yang kemudian akan menuntun individu pada ketercapaian tujuan hidup atau aktualisasi diri. Setiap manusia tentunya menginginkan hidup yang sejahtera disetiap aspek kehidupan dalam rangka meningkatkan kualitas hidup dengan memenuhi kebutuhan dari aspek kehidupan tersebut. Huppert (Suranto & Sugiarti 2021) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis didasari pada aspek kepuasan dalam hidup, mendapat dukungan, kebahagiaan, serta sehat dalam berfikir, mental dan fisik. Pentingnya kesejahteraan psikologis untuk diraih bagi semua individu terutama juga bagi pendidik (Indrawati 2019), di mana hal tersebut dapat berpengaruh kepada kreativitas pendidik dalam beradaptasi saat mengimplementasikan pembelajaran di kelas.

Kesejahteraan psikologis digagas oleh Caroll D. Ryff yang bersifat multidimensional diartikan sebagai kondisi seseorang yang mampu menerima dirinya, menjalin relasi baik dengan orang lain, bersikap otonomi, mampu menguasai lingkungan sekitarnya, bertujuan dan bermaknaan hidup, serta tumbuh baik secara personal.

Konsep kesejahteraan psikologis sudah sangat sangat berkembang. Kesejahteraan psikologis diartikan oleh Ryff (1989) sebagai sebuah konsep yang bertujuan untuk menjelaskan fungsi psikologis yang positif. Menurut Ryff, 1989 (Lakoy, 2009), setiap orang dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis. Namun, kesejahteraan psikologis yang baik bukan

sekadar terbebas dari indikator kesehatan mental yang buruk, seperti bahagia atau bebas dari kecemasan. Namun, kepemilikan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, kapasitas untuk mengendalikan lingkungan, kepemilikan tujuan dan makna hidup, dan kapasitas untuk tumbuh dan mengembangkan harga diri sendiri secara berkelanjutan juga merupakan pertimbangan penting. Kesejahteraan psikologis sangat erat hubungannya dengan kesehatan mental. Beberapa kajian yang sudah banyak dilakukan tentang kesehatan mental, akan tetapi kurang begitu menggambarkan keseluruhan tentang kesejahteraan (*wellness*) itu sendiri. Kesehatan mental seseorang juga sangat berhubungan dengan *distress* yang didapat dari kegiatan dalam memenuhi tanggungjawab dan kesejahteraan di sini diukur berdasarkan keseimbangan antara dampak positif dan negatif (Bardburn, Diener, & Larsen, 1997). Perasaan negatif ini berkisar pada ketidakpuasan, kecemasan, pesimis, dan lain sebagainya. Parker et al (Rahmawati et al. 2022) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki dengan hubungan sosial dan harapan dalam kehidupan kelompok. Selain hubungan sosial, konflik peran ganda juga dapat memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis individu dalam beraktivitas terutama pada individu yang cenderung memiliki emosi positif terhadap pekerjaannya (Ardiansyah 2017).

Menurut Aspinwall (Aisyah & Chisol 2018) kesejahteraan psikologis dapat digambarkan dengan berfungsinya psikologis individu dengan baik dan positif yang menjadi arah dan tujuan yang harus diupayakan oleh individu agar segera tercapai. Apabila dipahami kembali secara seksama kesejahteraan psikologis dari seorang yang memiliki profesi tertentu dalam hal ini sebagai guru PAUD, maka dapat diartikan sebagai struktur multifaset yang di dalamnya terdapat bagaimana individu bersikap yang berkaitan dengan aspek kesejahteraan psikologis itu sendiri, seperti mampu merealisasikan kemampuan diri secara berkesinambungan (terampil dan aktif dalam mengajar atau mengikuti kajian pengembangan keilmuan keguruan yang diampu), mampu menjalin relasi positif dengan orang lain (sesama guru maupun perlakuan terhadap peserta didik), serta memiliki

kemampuan mandiri terhadap tekanan sosial (fokus dalam melakukan aktivitas meskipun ada banyak tantangan), menerima dirinya dengan baik atau merasa hidup yang dimilikinya sangat berarti (tetap bersabar dan bersyukur bisa diberikan amanat membimbing murid), dan mempunyai kemampuan untuk mengendalikan diri terhadap lingkungan eksternalnya (tidak mudah terbawa kondisi lingkungan di mana ia beraktivitas).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas maka dapat diesensikan bahwa kesejahteraan psikologis guru PAUD adalah suatu kondisi psikologis yang positif guru PAUD dengan menerima dan mengisi kehidupannya secara bermakna, bertujuan, sehingga berfungsi optimal dan memiliki penilaian positif terhadap kehidupannya.

2. Aspek Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis memiliki aspek-aspek yang menjadi tolak ukur untuk dinilai tinggi dan rendahnya. Terdapat enam aspek pembentukan kesejahteraan psikologis, seperti penguasaan lingkungan, interaksi positif dengan orang lain, otonomi, penerimaan terhadap diri sendiri, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup yang ditransformasikan ke dalam perkembangan manusia dan tantangan hidup yang bersifat eksistensial dengan alasan psikologi tertarik dengan pertumbuhan dan perkembangan manusia secara menyeluruh (Ryff & Keyes 1995).

Dari kesemua aspek kesejahteraan psikologis tadi, perkembangan masa dewasa akan dipengaruhi oleh beberapa faktor terhadap fase kehidupan yang selanjutnya, kehidupan keluarga, rutinitas pekerjaan dan aktivitas lainnya. Apabila ditinjau dari hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesehatan, maka akan melibatkan faktor biologi dan pandangan psikologi klinis maupun intervensi. Dari situlah kemungkinan kesejahteraan psikologis mampu mempromosikan segmen masyarakat yang lebih luas (Ryff and Keyes 1995).

Berikut merupakan aspek kesejahteraan psikologis sesuai dengan menggunakan teori Carol D. Ryff (*Ryff psychological well-being scales*):

- a. Aspek penerimaan diri (*self acceptance*). Yaitu aspek yang berhubungan dengan penerimaan diri individu terhadap masa lalunya pada masa yang

saat ini ia jalani. Penerimaan diri bisa dikatakan sebagai sikap puas terhadap diri sendiri, potensi yang dimiliki maupun keterbatasan yang tetap diakui. Skor tinggi penerimaan diri terdapat pada sikap yang dapat menerima diri dengan baik, pengetahuan positif dan mengakui segala kelebihan dan kekurangan atau baik buruknya kualitas yang dimiliki.

- b. Aspek hubungan sosial yang positif (*positive social relations*). Yaitu hubungan dengan orang lain terjalin dengan baik diartikan sebagai adanya keramahan, kehangatan, kepuasan, dan saling percaya, mempunyai rasa untuk kesejahteraan orang lain, memiliki empati, rasa untuk memahami, serta kedekatan dan kecakapan untuk menjaga hubungan. Erikson berpendapat bahwa individu yang memiliki hubungan sosial yang positif dengan orang lain akan cenderung terarah dalam berhubungan dan mampu mengarahkan orang lain.
- c. Aspek otonomi (*otonomi*). Otonomi diartikan sebagai ketetapan diri dan independen. Individu yang otonomi akan mampu berpikir dan bertindak sesuai jalan meskipun ia sedang dalam tekanan. Hal tersebut ia peroleh melalui pengaturan perilaku dengan mengevaluasi standar personal.
- d. Aspek penguasaan lingkungan (*enviromental mastery*). Penguasaan lingkungan merupakan kemampuan untuk mengotrol atau mengendalikan lingkungan serta kesatuan daerah pada aktivitas eksternal. Individu juga melihat kans yang kemudian mengambil keputusan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai diri.
- e. Aspek tujuan hidup (*purpose in life*). Menurut Alport (Ryff and Keyes 1995) menjelaskan bahwa tujuan hidup menjadi salah satu tanda kematangan individu, seperti rasa keterarahan (*sence of directedness*), bertujuan (*intetionality*), hidup akan memiliki makna positif apabila bertujuan dan memahami arti hidup serta mampu merasakan arti hidup di masa lalu dan masa kini.
- f. Aspek pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Aspek ini terjadi ketika seseorang merasakan perkembangan yang berkelanjutan, di mana ia menyaksikan dirinya bertumbuh kembang dengan terus terbuka terhadap

pengalaman baru. Sadar akan potensi dirinya, individu akan mampu bergerak terus maju baik dalam diri maupun perilakunya sepanjang hari.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa bagian dari kesejahteraan mental terdiri dari tujuh hal, di antaranya adalah bagian dari penerimaan diri, hubungan sosial yang positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri.

3. Faktor Kesejahteraan Psikologis

Sosiodemografis dianggap sebagai faktor penyebab yang mampu berdampak pada kebahagiaan psikologis individu (Ryff & Keyes 1995), seperti usia, orientasi, status keuangan, pelatihan dan budaya. Ryff dalam penelitiannya menemukan kontras dalam tingkat kemakmuran mental pada individu dari kelompok usia yang berbeda. Ia juga mengelompokkan usia menjadi tiga bagian yakni kategori dewasa awal atau *young* (25-29 tahun), dewasa madya atau *mildlife* (30-64 tahun), dan dewasa akhir atau *older* (> 65 tahun). Skala berikut menunjukkan faktor kesejahteraan psikologis yang dipengaruhi oleh faktor usia:

- a. Pada orang dewasa akhir (*older*), memiliki skor tinggi pada komponen kemandirian, asosiasi positif dengan orang lain, dominasi iklim, dan pengakuan diri. Sedangkan pada dimensi pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup memiliki skor rendah.
- b. Individu yang berada di usia pertengahan/madya (*mildlife*) memiliki nilai tinggi dalam unsur dominasi alam, kemandirian, dan asosiasi positif dengan orang lain. Sedangkan unsur kesadaran diri, tujuan hidup, dan pengakuan diri mendapat nilai rendah.
- c. Individu yang baru memulai masa dewasa (*young*) Orang yang berada pada masa dewasa awal (muda) memiliki skor tinggi pada unsur kesadaran diri, pengakuan diri, dan tujuan hidup sedangkan pada komponen pergaulan positif dengan orang lain, dominasi alam, dan kemandirian memiliki skor rendah.

Ryff (Ryff and Keyes 1995) dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa gender termasuk sebagai faktor dari kesejahteraan psikologis, di mana wanita mempunyai signifikansi yang cenderung tinggi

dari pada pria dalam dinamika relasi terhadap orang lain atau interpersonal maupun pertumbuhan pribadi. Hal ini disebabkan wanita dianggap lebih baik dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain dibanding pria. Sejak kecil keluarga sudah membangun paradigma anak laki-laki adalah pribadi yang mandiri, kuat, kasar, dan agresif. Sedangkan perempuan diibaratkan sebagai sosok yang pasif, sensitif, bergantung, dan tidak berdaya yang kemudian hal ini akan tertanam kuat hingga ia dewasa. Sepanjang hidupnya wanita terbiasa untuk merealisasikan kondisi harmonis dengan orang-orang di sekitarnya. Karena itulah kesejahteraan psikologi wanita dalam dimensi hubungan positif lebih tinggi, karena diri sini ia mampu menjaga relasi yang baik bersama orang lain (Papalia & Feldman, 2008).

Selanjutnya yang menjadi faktor berpengaruh kesejahteraan psikologis adalah status ekonomi. Ryff mengemukakan bahwa status keuangan terkait dengan komponen pengakuan diri, alasan sepanjang kehidupan sehari-hari, dominasi iklim dan pengembangan diri (Erlina 2021). Kesejahteraan psikologis terkait erat dengan kesejahteraan fisik dan mental seseorang, tanpa memandang status sosial ekonomi. Dibandingkan dengan orang dengan status sosial yang lebih tinggi, orang dengan status sosial yang lebih rendah biasanya mengalami lebih banyak stres (Ryff and Keyes 1995). Ryff juga mengatakan bahwa konsep mendasar tentang diri seseorang dalam hubungannya dengan orang lain berasal dari budaya, dan promosi kesehatan sering menjadi fokus penelitian sosial.

Faktor seterusnya adalah unsur budaya, di mana mengungkapkan bahwa dalam masyarakat terdapat perbedaan kesejahteraan psikologis yang mempunyai kebiasaan-kebiasaan yang merujuk pada kemandirian dan individualisme seperti konteks kultur barat lebih menonjol dalam aspek otonomi atau penerimaan diri lebih unggul. Sedangkan sebaliknya, dalam masyarakat timur memiliki budaya yang menghargai kerja sama dan saling ketergantungan seperti aspek hubungan positif kekeluargaan yang sering ditemukan.

Kemudian faktor dukungan sosial sangat penting untuk kesejahteraan psikologis., di mana kesejahteraan psikologis berhubungan dengan perasaan

nyaman, atensi, apresiasi atau bantuan dan hal-hal tersebut dapat diperoleh salah satunya dari orang di sekitar. Menurut Cobb (Lakoy, 2009) bentuk dukungan dari orang sekitar mampu menumbuhkan kebahagiaan karena merasa disayangi, diapresiasi, mendapat atensi sebagai bagian dari penyelenggaraan kegiatan publik, yaitu, orang hidup berdampingan dan saling membutuhkan.

Terakhir, faktor yang dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seseorang yaitu daur hidup keluarga. Beberapa peneliti menggunakan konsep diri, kesehatan mental, dan kepuasan hidup sebagai indikator kesejahteraan psikologis dalam penilaian dengan tujuan mempelajari lebih lanjut tentang hubungan antara kesejahteraan psikologis anggota keluarga dan siklus kehidupan keluarga. Kesimpulan sesuai penjelasan terkait faktor pengaruh kesejahteraan psikologis diantaranya adalah faktor usia, gender, status sosial, budaya, dukungan sosial, dan daur hidup keluarga.

B. Konflik Peran Ganda

1. Pengertian Konflik Peran Ganda

Konflik peran merupakan konflik yang muncul akibat adanya ketidakcocokan antara peran satu dengan peran lainnya. Menurut Greenhaus & Beutell (Bellavia & Frone, 2005) konflik peran ganda adalah ranah pekerjaan dan tugas dalam keluarga mengalami ketidakcocokan dalam beberapa hal sehingga memicu suatu konflik. Greenhaus & Beutell juga menambahkan bahwa konflik peran merupakan bentuk tekanan peran dalam pekerjaan dan dalam keluarga saling bertentangan, di mana dalam menjalankan peran dalam terasa sulit karena hal yang sama juga harus dilakukan dalam keluarga begitu pula sebaliknya. Bagi seorang wanita yang memiliki keluarga atau menikah biasanya akan menghadapi pola tradisional dalam rumah tangga yang kebanyakan tidak seimbang, di mana ia harus menjaga anak dan mengerjakan tugas rumah tangga sehari-hari (Vinokur, Pierce, & Buck, 1999). Hal ini yang kemudian menjadi sumber utama konflik peran dikarenakan wanita menjadi kesulitan dalam mengupayakan

keseimbangan antara memenuhi tuntutan pekerjaan maupun tuntutan keluarga.

Kemudian Greehaus & Beutell (Akbar, 2016) menjelaskan bahwa wanita yang memiliki anak bertanggung jawab untuk memberikan pengasuhan kepada anak sehingga prediksi terjadinya konflik peran ganda sangatlah tinggi atau signifikan. Wanita juga memiliki konsekuensi disaat tuntutan dari tanggung jawab tersebut tidak terlaksana dengan baik antara tugas di tempat kerja dan peran dalam keluarga. Bisa dikatakan bahwa konflik peran ganda terjadi saat ekspektasi peran tertentu tidak terpenuhi dengan peran lainnya sehingga menghambat kinerja efisien peran tersebut (Greehaus, Tammy, & Spector, 2006).

Peran ganda dikonseptualisasikan sebagai dualisme kultural khususnya gagasan ruang publik dan ruang domestik. (Affrida 2017). Kedua konsep ini mengibaratkan terpisahnya tugas dan pembagian peran masyarakat yang kaku antara laki-laki dan perempuan. Misal, perempuan umumnya memiliki peran terbatas dan berkutat pada lingkungan yang khas dengan perempuan yaitu lingkungan domestik saja, sedangkan peran laki-laki umumnya lebih cenderung pada lingkungan yang luas atau publik (Stevin, Femmy, & Selvi 2017). Dari konseptualisasi itulah yang kemudian memunculkan pandangan bahwa setiap tugas domestik adalah kewajiban perempuan atau istri dan tugas di luar rumah sepenuhnya adalah kewajiban laki-laki atau suami, di mana apabila terjadi sedikit perubahan dalam pandangan ini, maka akan memunculkan ketidakselarasan atau konflik. Sebut saja perempuan yang memiliki pekerjaan atau wanita karir, selain peran domestiknya yaitu pandangan sebagai pengurus kebutuhan seluruh keluarga wanita juga harus mengurus tugasnya sebagai anggota masyarakat yang terkadang secara kebetulan berada dalam waktu yang bersamaan maka kebanyakan dari perempuan-perempuan itu akan mengalami konflik dalam memerankan tugasnya. Konflik sendiri menurut Robbins merupakan dimulainya suatu proses ketika satu sisi mempunyai persepsi bahwa sisi lain telah memberikan pengaruh negatif terhadap karakteristik sisi pertama (Gentari 2017).

Gejala yang nampak pada individu yang mengalami konflik peran ganda diantaranya gelisah, letih, frustrasi, dan rasa bersalah atau penyesalan. Oleh karena itu konflik peran ganda dianggap sebagai suatu gangguan yang bersifat psikologis. Menurut Grrehaus & Beutell (1985) individu yang mengalami konflik peran akan merasakan ketegangan ketika bekerja karena individu mengalami tekanan dari perannya masing-masing, yaitu menjalankan peran dalam keluarga menjadi sulit maupun sulit dalam memenuhi peran dalam pekerjaan.

Konflik dipandang sebagai sesuatu yang wajar dan wajar karena setiap orang memiliki gagasan, tujuan, atau nilai yang berbeda. (Affrida 2017). Konflik oleh masyarakat umumnya dianggap muncul karena adanya perbedaan atau perlawanan tujuan di saat yang bersamaan. Adanya situasi perlawanan bisa diakibatkan oleh dorongan untuk kepuasan ketika dihadapkan dengan dua pilihan yang menguntungkan atau benefit (Apollo and Cahyadi 2012). Sedangkan konflik peran ganda merupakan situasi yang tidak menyenangkan yang biasanya dihindari atau diselesaikan dan berakar pada individu atau lingkungan sosialnya. Konflik peran ganda (*multiple roles*) didefinisikan oleh Katz & Rosemzweigh sebagai satu peran atau lebih yang dipegang oleh perempuan dan peran ini biasanya memiliki ketentuan yang berbeda.

Dari beberapa penjelasan definisi konflik peran ganda, dapat ditarik kesimpulan bahwa konflik peran ganda merupakan konflik yang dialami oleh guru PAUD yang ditimbulkan oleh tuntutan memenuhi tanggung jawab peran dalam pekerjaan dan keluarga yang saling bertentangan.

2. Aspek Konflik Peran Ganda

Konflik peran ganda memiliki hubungan erat dengan aktivitas serta cara individu mengatur konflik yang terjadi diantara peran-peran tersebut, di mana peran berhubungan dengan kepuasan hidup, kesehatan mental, dan intensitas *turnover* (Panatik at all, 2011). Banyak penelitian yang mempelajari tentang hubungan pekerjaan dan keluarga memiliki peran atau tugas yang berujung pada kesulitan individu untuk menyeimbangkannya dan akhirnya menimbulkan konflik dengan beberapa aspek sebagai pemicu,

seperti jam kerja dan beban kerja (*work stress*), jumlah anak dan hubungan pernikahan (*non-work stress*), konflik antara keluarga dan pekerjaan (Ardiansyah 2017).

Menurut Greenhaus & Beutell (Dewi 2018) terdapat aspek-aspek konflik peran ganda diantaranya:

a. *Time-based conflict* (Konflik berdasarkan waktu)

Masa yang dipakai untuk menjalankan antar peran tidak dapat diganti atau diubah. Aspek ini memiliki dua bentuk yaitu tuntutan waktu terhadap salah satu peran yang akhirnya seseorang kesulitan memenuhi peran lain. Tuntutan waktu ini memunculkan ketidaknyamanan pada salah satu peran. Ketegangan pada salah satu peran inilah yang menjadi penyebab kesulitan individu dalam memenuhi tuntutan peran yang lain. Kedua, konflik waktu yang berimbas pada individu kesulitan berkonsentrasi pada satu tugas, meskipun secara fisik peran yang lain dapat terpenuhi.

Waktu untuk memerankan masing-masing tuntutan berupa pembagian waktu, energi dan kesempatan menjadi berkurang. Misal, jam kerja sangat lama dan membuat waktu untuk keluarga berkurang. Penyesuaian jadwal merupakan kondisi yang sulit dilakukan dikarenakan waktu yang terbatas dan saling bertentangan.

b. *Behavior-Based Conflict* (konflik berdasarkan perilaku), yaitu divergensi pola perilaku yang diberikan terhadap peranan tertentu yang kemudian menyebabkan pertentangan pada individu tersebut. Saat seseorang dalam pekerjaannya dituntut bekerja secara cepat dan perilaku tersebut terbawa ketika individu melakukan perannya sebagai ibu dan istri. Sehingga kemungkinan besar keluarga tidak nyaman dengan perilaku tersebut karena terkesan terburu-buru dan di sinilah kemudian pertentangan terjadi yang akhirnya menimbulkan konflik.

Konflik perilaku ini disebabkan oleh pola perilaku efektif dalam satu peran namun tidak efektif penggunaannya dalam peran yang lain. Hal ini akibat ketidaksadaran seseorang pada dampak yang ditimbulkan oleh

pola perilaku tersebut. Konflik berdasarkan perilaku ini berhubungan dengan pola perilaku yang diharapkan diantara kedua peran tidak sesuai.

- c. *Strain-based conflict* (konflik karena tekanan), yaitu konflik yang hadir saat adanya desakan yang disebabkan oleh pemenuhan hanya pada satu peran, sehingga berdampak pada kinerja individu pada peran yang lain. Peran satu dengan peran yang lainnya menjadi berlawanan karena ketegangan akibat kemampuan individu untuk memenuhi persyaratan peran lain dipersulit oleh satu peran. Misal, seorang ibu bekerja memiliki anak yang sedang sakit, saat itu pula sang ibu tidak bisa konsentrasi pada aktivitas pekerjaannya.

Dari penjelasan di atas, maka yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh aspek konflik peran ganda pada seorang wanita bekerja milik teori Greenhaus & Beutell yaitu *time-based conflict*, *behavior-based conflict*, dan *strain-based conflict*. Hal ini dikarenakan poin dalam setiap aspek dipandang oleh peneliti memberikan efek yang dapat memunculkan ketidaseselarrasan dalam melaksanakan peran berbeda yang bersamaan.

3. Faktor yang Memengaruhi Konflik Peran Ganda

Greenhaus dan Beutell (1985) menjelaskan bahwa faktor penyebab konflik peran ganda hal-hal yang memicu terjadinya pertentangan antar peran. Terdapat beberapa faktor penyebab konflik peran ganda, yaitu:

- a. Permintaan waktu salah satu peran yang tercampur dengan pembagian waktu pada peran lainnya.
- b. Kecemasan serta kelelahan akibat ketegangan satu peran yang peran lainnya kesulitan terlampaui. Sehingga pole perilaku efektif pada suatu peran tidak tepat saat diimplemetasikan pada peran lainnya.
- c. Stres yang berawal pada salah satu tugas menimpa tugas lainnya dan mengurangi kualitas pada pelaksanaan tugas tersebut.

Sedangkan Amons & Beutell dalam penelitian lain menjelaskan bahwa pendidikan juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi adanya konflik peran ganda, di mana individu dengan pendidikan rendah cenderung merasakan konflik dari keluarga yang kemudian berdampak pada perannya dalam pekerjaan. Sebaliknya, bagi individu dengan pendidikan

tinggi akan mengalami konflik yang bermula dari pekerjaan kemudian memengaruhi perannya dalam keluarga (Akbar & Kartika, 2016). Masalah yang dihadapi perempuan pekerja ketika mereka berada di bawah tekanan untuk melakukan baik tugas mereka sebagai istri atau ibu rumah tangga maupun tanggung jawab terkait pekerjaan mereka. Menurut Stoner et al, didapati beberapa faktor yang berpengaruh pada peran ganda (Wahyudi & Hadi 2021) yaitu:

- a. *Time Pressure*. Semakin sedikit menghabiskan waktu bersama keluarga, maka makin besar peluang terjadinya konflik dari dua peran yang menjadi tugas.
- b. *Family Size and Support*. Kemungkinan konflik lebih rendah ketika ada lebih banyak dukungan keluarga daripada ketika ada lebih banyak anggota keluarga dalam rumah tangga.
- c. Kepuasan kerja. Jika konflik yang dirasakan dalam melaksanakan pekerjaan semakin tidak terasa, maka semakin tinggi kepuasan kerja.
- d. *Marital and Life Satisfaction*. Menurut salah satu pendapat, wanita yang bekerja memiliki efek negatif pada pernikahan mereka.

Sedangkan menurut Frone et al, penyebab konflik peran ganda ada tiga hal, yaitu:

- a. Jam kerja. Dalam konflik peran ganda, jam kerja masih harus dimanfaatkan untuk bekerja di rumah dan melaksanakan kedua peran tersebut dengan seimbang tentunya akan menjadi tantangan tersendiri bagi seorang ibu bekerja.
- b. Ketidakpuasan kerja. Faktor ini berdampak pada tekanan batin. (*strain-based conflict*) dalam konflik peran ganda. Tidak terpenuhinya aspek emosional pada hasil pekerjaan dapat mempersulit seorang ibu untuk memenuhi tanggung jawab lainnya. Oleh karena itu, salah satu yang menjadi faktor *work-family conflict* adalah beban kerja.
- c. Beban kerja. Seringkali beban kerja menyebabkan ibu bekerja yang mengurus dua kegiatan sekaligus menyebabkannya fase kelelahan fisik dan mental yang tinggi, mengurangi kapasitas atau gairah ibu dalam

menyelesaikan tanggung jawab lainnya., seperti mengurus rumah tangga sekaligus mengerjakan tugas pekerjaan.

4. Jenis-jenis Konflik Peran Ganda

Menurut Greenhaus dan Beutell (Sariani 2018), jenis peran yang terjadi dalam kehidupan individu ada dua diantaranya adalah:

- a. *Work-family conflict* atau Konflik Pekerjaan-Keluarga. Konflik ini sering muncul pada seseorang yang berusaha untuk mengamini persyaratan tugas, di mana kemampuan individu dalam upaya merealisasikan persyaratan tersebut sangat berpengaruh dalam pemenuhan tuntutan keluarganya maupun sebaliknya.
- b. Konflik Keluarga-Pekerjaan (*family-work conflict*). Keluarga merupakan kumpulan beberapa orang yang menyatu dan saling bercengkeramah untuk bertanggung jawab sosial sebagai ayah dan ibu, pasangan, dan anak-anak. Masyarakat yang menentukan peran-peran ini dan perasaan memperkuat setiap keluarga. Berdasarkan pengalaman dan kebiasaan masing-masing anggota keluarga, perasaan tersebut menimbulkan kondisi psikologis.

Sesuai uraian di atas, dapat intisari bahwa jenis konflik peran ganda antara lain konflik antara dan individu, konflik dalam peran, dan konflik antar peran. Namun pendapat lain mengungkapkan konflik peran ada dua jenis, yaitu konflik pekerjaan-keluarga dan konflik keluarga-pekerjaan. Kesemua jenis di atas memiliki ciri dengan konflik peran ganda dalam penelitian ini, di mana antara apabila tidak bisa berjalan dengan baik dan seimbang maka akan muncul yang namanya konflik dari multiperan tersebut.

C. Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Regulasi diri didefinisikan oleh Brown (Pichardo, 2014) sebagai kemampuan yang dimiliki oleh seseorang yang secara fleksibel dalam merencanakan dan mengatur perilakunya sendiri sesuai dengan harapan yang ingin dicapai. Individu dengan regulasi diri yang baik mampu

merencanakan tujuan hidup secara fleksibel berdasarkan kondisi yang dihadapi. Individu juga mampu mengendalikan dan membimbing tingkah lakunya dengan menyesuaikan keadaan dan tujuan yang ingin dicapai, namun tetap dalam kontrol agar tetap berada pada arah yang benar (Primalasari, 2021). Menurut Pichardo *et al.*, (Puspawardani, 2019) regulasi diri merupakan kompetensi seseorang untuk mengontrol, memandu, merencanakan, serta memantau pola perilaku sesuai dengan kondisi dan fleksibel untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Sedangkan Bandura menjelaskan (Alwisol 2019) dalam pengaturan diri, ada dua pendekatan: proaktif dan reaktif. Tujuan yang dimiliki seseorang dicapai dengan menggunakan strategi reaktif, tetapi strategi proaktiflah yang menetapkan tujuan baru yang lebih tinggi ketika tujuan saat ini hampir tercapai. Selanjutnya, menurut Schunk (Mutiarachmah & Masyatmi 2019) secara sistematis menargetkan antara tujuan dengan pikiran, perasaan, dan tindakan seseorang. Howard & Miriam mendefinisikan tentang regulasi diri sebagai metode di mana individu dapat mengontrol hasil dan tindakan mereka sendiri, menetapkan tujuan, menilai tingkat keberhasilan mereka dalam mencapainya, dan tidak lalai memberikan penghargaan kepada diri mereka sendiri untuk mencapainya (Lukmawati, Tanjung, & Supriyanto 2018).

Individu dianggap mampu meregulasi diri dengan kehendaknya pribadi untuk mencapai target yang sudah ditentukan. Menurut Greenhaus & Beutell (Harnawidyanto 2022) keterampilan individu tersebut berupa perencanaan dan pantauan langkah-langkahnya untuk tetap berada jalan yang terarah dalam menghadapi kondisi tentatif secara fleksibel atau tidak terikat sehingga individu mampu menuju tujuannya. Menurut Cervone & Pervin (Karina & Herdiyanto 2019) menjelaskan bahwa regulasi diri sebagai kapasitas yang ada pada seseorang untuk menghandel faktor lingkungan dan dorongan emosional yang bisa saja menghambat perkembangan. Lebih lanjut Cervone & Pervin berpendapat bahwa regulasi diri merupakan dorongan internal yang menyebabkan individu ingin menetapkan arah dan

niat hidupnya dengan menyusun langkah-langkah yang akan digunakan dan mengukur serta mengubah tindakan yang akan dilakukan.

Dari beberapa penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri adalah kemampuan diri yang ada pada guru PAUD untuk merencanakan, menetapkan niat dan perilaku mereka sendiri serta kontrol terhadap dirinya sendiri demi tujuan tertentu yang ingin dicapai.

2. Aspek Regulasi Diri

Menurut Pichardo, *et al.*, (Yanti 2020) aspek dalam regulasi ada empat diri, diantaranya:

- a. *Goal setting*, yaitu kapasitas individu untuk merumuskan tujuan yang dapat dicapai dan strategi untuk mencapainya. *Goal setting* merupakan tindakan individu dalam merencanakan upaya pencapaian tujuan, baik tujuan dalam jangka waktu pendek maupun jangka waktu panjang. Ketika tujuan telah ditetapkan, maka aturan atau batasan yang berlaku harus berdasarkan kondisi individu dalam lingkungan sekitarnya karena batasan tersebut menjadi tolak ukur individu dalam menentukan langkah. Oleh karena itu, *goal setting* dibuat untuk memberikan arah yang sesuai dengan keinginan individu.
- b. *Perseverances*, yaitu kapasitas individu untuk bertahan dan mematuhi rencana meskipun hambatan. Dengan kata lain *perseverances* adalah ketekunan individu mengerjakan peran demi pencapaian target. Adanya ketekunan biasanya disebabkan oleh kegagalan yang sebelumnya dialami, sehingga individu merasa terdorong untuk mengambil sikap ketekunan sebagai bentuk konsistensi tindakan. Kegagalan menjadi kontrol dan tolak ukur keseriusan individu terhadap target dan arti pentingnya dari ketekunan.
- c. *Decision making*, yaitu kesanggupan individu mengidentifikasi opsi yang tersedia dan mengumpulkan informasi sebelum mengambil keputusan. Keterampilan individu dalam mengambil keputusan yang harus dimiliki agar individu mampu menentukan satu kepastian dari banyaknya rencana yang ada guna tercapainya tujuan. Pada konsep ini individu diharapkan

dapat memutuskan secara baik dan tegas, tujuannya agar individu dapat bertanggung jawab atas tindakan dan keputusan yang diambinya.

- d. *Learning from mistakes*, yaitu kompetensi individu untuk menghindari membuat kesalahan yang sama lagi di masa depan dan untuk belajar dari kesalahan masa lalu. Aspek ini adalah bentuk langkah untuk mengevaluasi diri akibat tindakan keliru yang pernah dilakukan. Individu juga diharapkan mampu mengambil pelajaran dari peristiwa sebelumnya agar pada tahap selanjutnya individu tidak akan melakukan kesalahan serupa di masa yang akan datang.

Regulasi diri bisa dilakukan dengan terus berlatih dan belajar tentang kegiatan atau aktivitas yang dilakukan sehari-hari, sehingga mempengaruhi perilaku yang ingin dimunculkan (Alwisol 2019), seperti menyusun kembali jadwal dengan tersistematis sesuai tugas di masing-masing peran. Hal ini merupakan bentuk pengaturan diri sebagai salah satu cara untuk belajar lebih terkait aktivitas keseharian. Memanajemen waktu dan kendali perilaku agar pencapaian tujuan yang telah ditetapkan dapat terwujud secara optimal dan tujuan hidup diawali dari cara individu mengatur diri dan waktu dengan baik. Zimmerman mengatakan bahwa pengaturan diri erat kaitannya dengan rangsangan diri, baik secara pikiran, tingkah laku, maupun perasaan yang sudah direncanakan dan juga dengan respon balik terhadap tujuan yang ingin dicapai. Pengaturan diri disebut juga sebagai metakognisi, motivasi, dan tingkah laku yang berperan aktif dalam pencapaian tujuan personal (Hidayat, 2013), seperti profesionalitas kinerja. Berder (Yanti 2020) regulasi diri seseorang ada tiga, yaitu:

- a. Pengaturan diri, yaitu seseorang memiliki kesanggupan untuk menciptakan aturan, batasan dan ketentuan bagi dirinya sendiri, sehingga individu dapat mengupayakan dirinya mengatur dan mengondisikan diri, memanfaatkan serta menyaring lingkungan sesuai kapasitasnya guna menjauhkan atau meminimalisir masalah yang bisa ditimbulkan.
- b. Penyesuaian emosi, yaitu proses individu ketika mengontrol dirinya dengan menggunakan perasaan yang dimilikinya, sehingga individu ketika terjadi hal yang tidak sesuai harapannya ia dapat mengandalkan

emosinya untuk tidak bereaksi berlebihan ataupun sebaliknya ketika ia sedang bergembira ia jg dapat mengontrolnya.

- c. Tindakan situasional sesuai standar dan norma, yaitu pola tingkah laku individu yang diperlihatkan kepada orang lain berdasarkan standar norma atau nilai yang berlaku di lingkungan di mana ia tinggal, sehingga ketika seseorang melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan norma yang berlaku, maka diperlukan adanya evaluasi diri untuk kemudian kembali kepada jalur yang berdasarkan standar norma yang dipercaya oleh masyarakat di lingkungan tersebut.

Menurut Zimmerman regulasi diri seseorang didasari oleh beberapa aspek (Zimmerman 2002), yakni:

- a. Metakognisi, aspek yang terkait dengan kapasitas untuk memantau proses kognitif seperti belajar, mengingat, dan berpikir serta pengetahuan tentang cara berpikir. Strategi fundamental aspek metakognisi adalah menghubungkan informasi baru dengan pengetahuan yang ada, memilih strategi berpikir, dan merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses berpikir..
- b. Motivasi, yaitu langkah-langkah yang digunakan orang untuk menangani stres dan emosi agar berhasil dalam belajar dan mengatasi kegagalan.
- c. Perilaku, yaitu aksi yang individu lakukan untuk pengelolaan lingkungan, termasuk menyimpan catatan dan pemantauan, membaca teks, catatan, dan tes, dan sebagainya.

Berdasarkan jabaran aspek-aspek beberapa pendapat di atas, peneliti memakai aspek dari Pichardo *et al*, yaitu *goal setting, perseverences, decision making, dan learning from mistakes*, dikarenakan lebih relevan dengan variabel penelitian ini.

3. Tahapan Regulasi Diri

Proses regulasi diri dengan tujuan agar individu memperoleh tujuan yang ingin dicapai dan dalam proses tersebut individu perlu mengenali kemampuan fisiknya, kognitif, sosial, manajemen emosi yang baik, sehingga kemudian individu dapat mengondisikan kapasitasnya dalam mengontrol perilaku. Miller & Brown (Pichardo *et al*, 2014) menyatakan

bahwa regulasi diri setiap individu berkembang melalui tujuh tahap, yang masing-masing berfungsi sebagai landasan untuk memperoleh tujuan yang diinginkan. Adapun tahapan tersebut diantaranya yaitu:

- a. *Receiving*, yaitu tindakan individu ketika pertama kali memperoleh informasi. Informasi awal yang didapatkan selayaknya relevan dan baik. Adanya informasi yang didapatkan membuat individu menghubungkan dengan informasi yang telah didapatkan sebelumnya ataupun hubungan dengan aspek-aspek lainnya.
- b. *Evaluating*, yaitu pemrosesan informasi setelah diterima atau proses *Receiving*. Proses *evaluating* terdapat masalah yang didapat, maka individu dapat membandingkan masalah dari lingkungan (eksternal) tersebut dengan pendapat diri pribadi (internal) yang telah didapatkan sebelumnya. *Evaluating* merupakan tahapan penting dalam proses regulasi diri karena dalam tahapan ini individu akan mengumpulkan hasil informasi dan melihat perbedaan pada lingkungan luar yang akan menjadi sumbangan paling besar pada proses tindakan yang akan diambil nanti.
- c. *Searching*, yaitu tahapan menemukan pemecahan problem. Pada fase *evaluating* perbedaan pendapat antara pribadi dengan lingkungan dapat diperoleh individu, sehingga kemudian individu dapat mengupayakan pemecahan masalah untuk mengurangi dampak dari perbedaan masalah tersebut.
- d. *Formulating*, yaitu membuat rencana atau arah yang ingin dicapai serta mempertimbangkan konsekuensi serta hal-hal yang menyuport tercapainya harapan secara efektif dan efisien seperti waktu, tempat, media ataupun aspek lainnya.
- e. *Implementing*, yaitu fase pelaksanaan rencana sebelumnya. Walaupun dalam sikap cenderung dimodifikasi agar tercapai sesuai harapan, sebaiknya tindakan yang dilakukan tetap mengarah pada tujuan dan tepat sesuai langkah-langkah.

- f. *Assesing*, yaitu tahapan terakhir untuk menilai seberapa manjur *planning* dan aksi pada proses sebelumnya sehingga membantu terealisasinya tujuan yang diinginkan..

Dari penjelasan di atas, tahapan regulasi diri terdiri dari *receiving*, *evaluating*, *searching*, *formulating*, *implementing*, *assesing*.

4. Manfaat Regulasi Diri

Kemampuan meregulasi diri seseorang dalam beberapa penelitian mampu mempengaruhi beberapa aspek psikologi, diantaranya:

- a. Kemampuan menyelesaikan masalah (*problem solving*)

Regulasi diri seseorang berpengaruh pada kemampuan seseorang untuk mengatasi permasalahan (*problem solving*) yang dihadapinya. Terutama dunia kerja terdapat dinamikan pekerjaan yang dihadapi oleh karyawan. Masalah sering muncul tentunya dapat menghambat pencapaian, menjadi sandungan seseorang dalam mengendalikan dan mengelola setiap problematika kerja serta berpengaruh pada profesionalitas kinerja. Penelitian Ge, Law, & Hung (2016) menyimpulkan bahwa dalam memecahkan masalah regulasi diri efektif memberikan peranan berdasarkan validitas dan reliabilitas pengembangan instrumen.

- b. Kesabaran

Sebagai guru yang stiap harinya harus menghadapi tingkah laku dari banyak siswa, guru menjadi ujung tombak dalam menanamkan nilai-nilai kehidupan, dan fasilitator dalam proses belajar mengajar di kelas, sehingga sabar menjadi sikap yang harus dimiliki oleh guru agar pendidikan dapat berjalan lancar dan komunikasi antara guru dan siswa menjadi bisa lebih bermakna. Sebagaimana dalam penelitian Yanti (2020) yang memperoleh hasil bahwa regulasi diri memiliki hubungan dengan kesabaran guru, di mana guru yang mampu meregulasi diri akan memiliki sifat-sifat kesabaran.

- c. Kedisiplinan

Penelitian Dzakiah & Widyasari (2021) regulasi diri mampu memediasi *mindfullness* dan proskastinasi mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir (skripsi). Artinya, regulasi diri pada mahasiswa yang dengan

kesadarannya sering menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas, secara parsial membantu mahasiswa untuk menentukan tujuan, menyusun strategi, mengambil keputusan, dan terus belajar dari kesalahan yang menjadi kendala dalam mengerjakan tugasnya.

Manfaat regulasi diri seperti yang diungkapkan oleh Dale & Baumeister (dalam Leny, 2014) antara lain:

- a. Mewujudkan kesuksesan di sekolah maupun tempat bekerja, semakin populer, dan menjaga kesehatan mental yang baik
- b. Menjaga relasi interpersonal
- c. Mampu menerima rasa frustrasi ketika menghadapi tantangan dan bekerja keras
- d. Beretika, bereprilaku positif, dan disiplin
- e. Dapat menekan perilaku impulsif dan egois yang menimbulkan ancaman bagi kelompok.
- f. Mempunyai regulasi positif, seperti tubuh yang sehat, pikiran yang sehat, dan kemampuan untuk melakukan berbagai tugas.

5. Faktor yang Memengaruhi Regulasi Diri

Bandura (Alwisol, 2016) membagi faktor yang mampu berpengaruh pada regulasi diri menjadi dua kategori:

- a. Faktor Eksternal. Regulasi diri dipengaruhi oleh dua cara pada faktor eksternal. *Pertama*, faktor eksternal yang memberikan kriteria untuk mengevaluasi perilaku. Standar evaluasi diri seseorang terbentuk ketika pengaruh pribadi dan faktor lingkungan berinteraksi. Misal, sikap dan perilaku disiplin dari rekan kerja agar individu mempelajari bagaimana cara untuk meniru perilaku positif dari lingkungan sekitarnya. Faktor pribadi tersebut mendukung individu untuk belajar, di mana faktor lingkungan juga berperan mempengaruhinya. Kedua, faktor luar mempengaruhi regulasi diri sebagai pendukung atau penguatan (*reinforcement*). Misal, seorang guru ingin menyelesaikan program sertifikasinya dan lebih banyak membutuhkan dukungan dalam memperoleh status tersebut dibandingkan gairah kerja. Dukungan lingkungan bisa berupa fasilitas untuk proses sertifikasi atau kata-kata

motivasi dari rekan kerja mungkin diperlukan, karena mungkin gairah kerja saja belum cukup bagi guru untuk mendapatkan status tersebut. Dukungan berupa fasilitas inilah yang mampu mempengaruhi regulasi diri individu karena merasakan adanya penguatan dari lingkungan berupa sarana agar guru sampai pada tujuannya yaitu guru yang bersertifikasi.

- b. Faktor Internal. Ada tiga jenis efek internal terhadap kemampuan individu untuk meregulasi diri sendiri., yaitu: *Pertama*, observasi diri (*self observation*) didasarkan pada hal-hal seperti kualitas performansi, kuantitas performansi, orisinalitas perilaku diri, dan sebagainya. Dengan kata lain, individu harus bisa memantau kinerjanya sendiri *Kedua*, proses penilaian atau menghakimi tingkah laku (*judgmental process*) yaitu menilai berdasarkan pentingnya suatu kegiatan, menimbang perilaku sendiri dengan nilai standar atau perilaku orang lain, mengevaluasi perilaku berdasarkan standar pribadi, dan menyalahkan kinerja yang buruk. Hal ini akan membantu individu untuk dapat mengatur perilakunya dengan cara menilai tindakan sendiri sesuai dengan tujuan yang diciptakan. *Ketiga*, reaksi-diri-afektif (*self response*) akhirnya seseorang memberi atau mengambil penilaian dari diri mereka sendiri dan mengevaluasi diri secara positif atau negatif berdasarkan pengamatan dan *judgment* tersebut. Seseorang harus mampu merespon perilaku sesuai adanya standar pribadi dan memberikan imbalan berupa hukuman atau penguatan pribadi.

Selain itu Bandura berpendapat (Alwisol 2019) ada beberapa hal yang menjadi faktor regulasi diri yaitu:

- a. *Self observation* (observasi diri) adalah sesuatu yang pelaksanaannya demi tercapainya kualitas penampilan, kuantitas penampilan, dan orisinalitas tingkahlaku diri dan seterusnya. Individu melakukan suatu kegiatan atau telah mencapai suatu tujuan. Hal-hal yang diobservasi bergantung pada minat diri dan konsep dirinya. Observasi diri merupakan tindakan kepekaan individu santri terhadap perilakunya dan memperhatikan pada kualitas serta kuantitas dalam hal-hal yang telah

dilakukannya, selain itu individu juga mampu memahami terhadap orisinalitas perilakunya (Atiyah at al 2020) .

- b. *Judgemental process* (proses mengevaluasi/menilai perilaku) yaitu memeriksa apakah suatu perilaku memenuhi standarnya sendiri, membandingkannya dengan norma atau perilaku orang lain, dan memutuskan seberapa penting suatu aktivitas. Orang-orang tidak hanya dapat menyadari diri mereka sendiri secara reflektif, tetapi mereka juga dapat mengevaluasi nilai tindakan mereka berdasarkan tujuan yang telah mereka tetapkan dan bagaimana tindakan mereka akan mempengaruhi lingkungan mereka juga. (Atiyah dkk 2020) .
- c. *Self respon process* (reaksi diri) adalah variabel yang berasal dari internal indivisu berdasarkan bagaimana individu memandang dirinya sendiri, bagaimana dia memandang dirinya sendiri secara positif atau negatif, dan bagaimana mereka menghargai atau menghukum diri mereka sendiri. *Self-response* menunjukkan bahwa individu dapat menginspeksi akibat dari caranya berperilaku, jika berdampak baik, individu dapat mengikuti atau mengembangkannya kembali, namun jika berdampak buruk, individu dapat menciptakan kembali apa yang telah dia lakukan sehingga mungkin jauh lebih unggul. (Atiyah dkk., 2020).

D. Guru Pendidikan Anaka Usia Dini (PAUD)

1. Pengertian Guru PAUD

Istilah guru atau pendidik memiliki makna yang hampir sama secara umumnya, yaitu seseorang yang membantu peserta didiknya berkembang sesuai potensi yang dimiliki dengan cara memberikan ilmunya melalui aktivitas pembelajaran dan keteladanan. Menurut Sujiono (2009) guru selalu identik sebagai orang yang berkhariaisma dan berwibawa sehingga patut untuk diteladani, guru sebagai orang dewasa yang sadar dan bertanggung jawab untuk membimbing, mendidik, melatih, dan mengarahkan anak, dan guru sebagai sosok yang mampu mengelola kelas dengan rancangan program pembelajaran serta sebagai bidang profesi yang membutuhkan keahlian tersendiri.

Sebutan bagi guru PAUD memiliki banyak arti sesuai dengan istilah pendidik anak usia dini karena guru PAUD merupakan pengganti orang tua di sekolah yang memiliki kasih sayang, kehangatan, keakraban layaknya perlakuan seorang ibu terhadap anaknya, seperti bunda, ustadzah, kakak, ummi, dan panggilan akrab lainnya. Hal ini bertujuan agar anak usia dini merasa nyaman, aman bagaikan diasuh oleh ibunya sendiri. Maka suatu keharusan bagi guru PAUD untuk memiliki kompetensi menyeluruh dalam memfasilitasi tumbuh kembang anak usia dini layaknya kebolehan ibu dalam mengasuh anaknya sendiri. Aturan perundang-undangan juga menyebutkan dalam UU No. 20 Pasal 40 Ayat 2, bahwa kewajiban pendidik adalah mampu menciptakan suasana pendidikan yang bermakna, menyenangkan, kreatif, dinamis, dan dialogis.

Prasyarat menjadi guru PAUD juga telah diatur dalam Peraturan Pemerintah No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan yang menyebutkan bahwa gur PAUD harus memiliki beberapa kompetensi, yaitu:

- a. Kompetensi pedagogis yang mencakup keteampilan untuk memahami karakteristik anak, kebutuhan, serta cara tumbuh kembangnya, menguasai konsep dasar pendidikan anak usia dini, menguasai konsep pengembangan kurikulum dan prinsip pembelajaran anak usia dini, menciptakan suasana pembelajaran yang kreatif, menyenangkan, inovatif, bermakna, menantang, dan melibatkan anak sebagai pemeran utama dalam proses pembelajaran sehingga anak menjadi aktif dan mandiri, serta menguasai media dan teknologi pembelajaran yang berlaku.
- b. Kompetensi kepribadian yang meliputi kemampuan untuk memperlihatkan pribadi yang jujur, dewasa, stabil, arif, dan bijaksana, mengetahui dan mengamalkan akhlak mulia dan menjadi tauladan bagi anak maupun lingkungan sekitarnya, berjiwa optimis, demokratis, dan memiliki prinsip yang teguh, serta memiliki sikap komitmen dan profesionalitas terhadap profesi yang digeluti.

- c. Kompetensi sosial yang berupa kemampuan untuk bersikap terbuka, tidak diskriminatif, dan objektif, mampu berkomunikasi dan berinteraksi secara santun dan efektif dengan anak ataupun orang tua, mampu membina hubungan baik dengan rekan kerja maupun tutor kependidikan, mampu berempati dan menyesuaikan diri dengan masyarakat sekitar maupun kondisi sosial budaya setempat, mampu berkerjasama dengan pihak-pihak sekitar demi kemajuan pendidikan anak usia dini.
- d. Kompetensi profesional yang terdiri atas kemampuan untuk memahami dan menguasai aspek-aspek perkembangan anak yang berbeda-beda beserta konsep dan teorinya, mampu mengintegrasikan berbagai bidang pengembangan, mampu memanfaatkan teknologi komunikasi dan informasi dalam rangka pengembangan diri dan profesi.

2. Peran Guru PAUD

Caltron & Allen (1999) berpendapat peran guru PAUD dalam proses pembelajaran ialah sebagai fasilitator dan juga mentor pendidikan bagi anak usia dini yang harus memahami tentang pola berpikir anak, karakteristik belajar, membangun dan menghargai pengalaman anak, memberikan opsi dan dorongan untuk anak dalam mengatasi tantangan atau masalah yang dihadapi secara kognitif, fisik, sosial emosional, bahasa, spiritual, dan seni. Peran guru dalam pengasuhan berupa cara bagaimana agar anak merasa nyaman dan dilindungi, seperti memberikan pelukan, menenangkan ketika menangis atau gelisah, memberikan pembelajaran melalui kegiatan bermain, berbicara secara kontak mata, bercakap-cakap, dan memposisikan dirinya sejajar dengan anak sehingga membawa kehangatan bagi anak.

Guru PAUD juga berperan sebagai stimulator bagi tumbuh kembang anak, baik secara fisik ataupun psikisnya. Melalui pelatihan atau penyuluhan terkait perkembangan dan pertumbuhan anak guru PAUD diharapkan mampu memiliki kemampuan mumpuni dalam merancang kegiatan yang dapat membantu stimulus anak dengan maksimal dan guru

dapat memantau tingkat pertumbuhan secara konsisten (Ummah, Turlina, & Kusbiantoro 2016). Rangsangan yang diberikan kepada anak usia dini guru PAUD memiliki peran sebagai konektor yang menghubungkan antara pendidikan dengan penanggung jawab departemen atau instansi secara teknis yang menyangkut aspek kesehatan yang memfasilitasi program kesehatan, gizi, dan keluarga balita yang biasanya dilakukan dalam kegiatan posyandu, departemen agama dengan memfasilitasi anak dalam aspek spiritual seperti kegiatan simulasi manasik haji, peringatan hari besar keagamaan, dan ibadah-ibadah lain. Kemudian kolaborasi juga dilakukan dengan badan koordinasi keluarga berencana nasional (BKKBN) dalam rangka pengembangan pemahaman tata pola asuh dan pemberdayaan keluarga. Kerjasama dengan pengusaha-pengusaha lokal dalam bentuk kunjungan *outingclass* sebagai bentuk pembelajaran aksi dan sinkronisasi antara konsep abstrak dan konkret, dan masih banyak lagi kongsi yang dilakukan guru PAUD sebagai bentuk peran untuk membantu pengembangan potensi anak yang menunjukkan bahwa guru PAUD bukan hanya pentransfer ilmu di dalam kelas, namun juga berperan sebagai fasilitator, mentor, stimulator, dan konektor demi memaksimalkan proses tumbuh kembang anak usia dini (Sujiono 2009).

3. Kondisi Guru Paud

Memang secara profesi, guru PAUD diibaratkan sebagai saudara termuda dalam jenjang pendidikan, namun guru PAUD memiliki tanggung jawab yang sangat besar dalam mengembangkan potensi anak usia dini, ditambah lagi dengan penyesuaian diri terhadap perkembangan pendidikan di era digital yang banyak dirasakan guru PAUD menjadi suatu beban tersendiri yang sewaktu-waktu dapat menimbulkan stres dan permasalahan bagi guru PAUD sendiri (Amilia 2019). Kondisi guru PAUD apabila ditinjau dari kesejahteraan psikologis dari beberapa penelitian banyak ditemukan dalam kategori rendah, di mana pernyataan tersebut sesuai kondisi guru PAUD yang memiliki banyak tugas namun tidak sebanding dengan imbalan yang diterima dan hal ini membutuhkan sentuhan beberapa

pihak, seperti pemerintah, penyelenggara, maupun *steakholder* pendidikan sekitar.

Kesejahteraan sendiri dipandang oleh Ryff & Keyes (1995) menjadi membingungkan karena tidak adanya rumusan berbasis teori dengan banyaknya laporan terkait fungsi positif pada subbidang psikologi dan terkadang membuat rancu terkait perumusan kesejahteraan psikologis, karena kesejahteraan (*well-being*) sendiri memiliki dua konsep luas yaitu kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dan kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) (Ghaybiyyah 2017). Melalui kajian tentang kesejahteraan psikologis banyak peneliti anak memahami bagaimana cara mensyukuri nikmat yang sudah diberikan oleh Tuhan dan bagaimana cara manusia bertanggung jawab terhadap nikmat tersebut, termasuk dengan profesi dan imbalan yang diterima. Seseorang juga bisa melihat apa yang dimiliki saat ini belum tentu dimiliki oleh orang lain dan bisa jadi pemikiran ini yang membuat membuat guru PAUD sejahtera secara psikologis.

E. Regulasi Diri Sebagai Moderasi antara Pengaruh Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Naibaho & Sawitri (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dengan konflik peran ganda pada mahasiswa organisatoris di FKM dan FISIP Universitas Diponegoro, yaitu semakin tinggi regulasi mahasiswa organisatoris maka semakin rendah konflik peran, di mana kemampuan meregulasi diri memberikan kontribusi baik bagi mahasiswa yang memiliki berbagai peran dan mahasiswa mampu mencegah terjadinya konflik yang ditimbulkan oleh peran-peran tersebut. Menurut Greenhaus, Sing, Collins, & Pasuraman (2001) bahwa adanya berbagai peran dapat menimbulkan suatu konflik, karena peran satu membutuhkan waktu dan perilaku rumit yang bisa berakibat pada sulitnya pemenuhan akan peran yang lain. Namun pelaksanaan dan pemenuhan tuntutan tersebut tidak akan memunculkan konflik peran apabila mahasiswa dapat mengatur dirinya (Alwisol, 2010) dengan cara terus berlatih mengatur aktifitas atau kegiatan yang dilakukan setiap hari. Sedangkan dalam penelitian yang

dilakukan Qalby & Puri (2023) sepakat menyimpulkan bahwa regulasi diri akan memicu mahasiswa dengan banyak peran (ibu menyusui) untuk mampu mengoptimalkan kesejahteraan psikologis (prestasi akademik) yang ingin dicapai melalui cara pengendalian emosi, kognitif, perilaku, motivasi, dan konteks. Menurut Schaie & Carstensen (2006) kemampuan seseorang dalam meregulasi diri akan membuatnya selalu memiliki motivasi agar dapat mewujudkan kebahagiaan yang diinginkannya.

Maka peneliti dalam penelitian ini menyimpulkan berdasarkan literatur referensi bahwa regulasi diri mampu mempengaruhi konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis, sehingga akan lebih lanjut dilakukan penelitian. Peran regulasi diri dalam memoderasi antara konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis dikhususkan pada guru PAUD di Kecamatan Karangploso Malang, di mana variabel konflik peran ganda (X) dan kesejahteraan psikologis (Y) mampu dimoderasi oleh adanya regulasi diri. Analisis kesejahteraan psikologis tidak hanya dilihat langsung dipengaruhi oleh konflik peran ganda, melainkan kekuatan dan kelemahannya juga dapat disebabkan oleh adanya faktor regulasi diri gur PAUD.

F. Kerangka Konseptual

Pada penelitian ini subjek yang diteliti adalah guru PAUD yang berada di Kecamatan Karangploso Malang. Guru PAUD merupakan guru Taman Kanak-kanak (TK), Raudlatul Athfal (RA), Bustanul Athfal (BA), Kelompok Bermain (KB), dan pengasuh Taman Penitipan anak (TPA) yang memiliki tugas lebih berat dibandingkan dengan guru dalam jenjang pendidikan formal, yaitu selain mendidik, membimbing, melatih, mengarahkan, mengevaluasi dan menilai hasil belajar, guru PAUD memiliki banyak banyak tugas untuk memfasilitatori atau benar-benar mendudukkan posisinya sebagai stimulator seluruh potensi yang dimiliki anak, sebab masa keemasan (*golden age*) ini yang paling menentukan tumbuh kembang anak pada usia selanjutnya (Sujiono 2009). Ada banyak tugas yang harus dilakukan oleh guru PAUD agar sistem pendidikan berjalan dengan maksimal. Bukan hanya tentang mengajar di kelas akan tetapi

juga memiliki tugas luar dan berhubungan dengan pihak-pihak yang terintegrasi dengan penyelenggaraan pendidikan anak usia dini tersebut.

Melalui pendekatan multidisipliner dan pembinaan menyeluruh yang mencakup kesehatan dan gizi, pendidikan dan pola pegasuhan, kesenian, keamanan, agama, dan lain-lain, mengharuskan setiap guru PAUD mampu melibatkan diri secara menyeluruh dengan tugas dan beban dari kebijakan tersebut. Hal inilah yang kemudian memicu terganggunya kesejahteraan psikologis guru PAUD, padahal kesejahteraan psikologis merupakan aspek psikologi yang sangat penting untuk ada pada seorang setiap orang termasuk guru PAUD, karena seseorang yang sejahtera secara psikis akan mampu mandiri, menerima kondisinya, memiliki interaksi positif, paham dengan lingkungan, keinginan mewujudkan impian, dan terus belajar untuk berkembang. Hal ini sebagaimana pendapat Ryff (1995) yang mendefinisikan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi positif dengan enam aspek, yaitu otonomi, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, menguasai lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri.

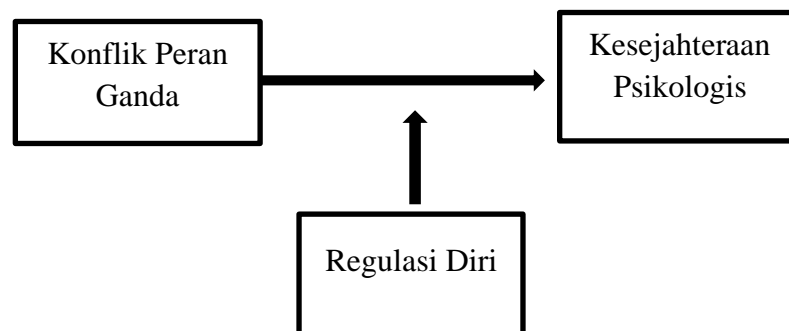
Penelitian ini bermaksud untuk meneliti tentang kesejahteraan psikologis dan variabel-variabel yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis khususnya pada guru PAUD, di mana sebagai profesi yang banyak dihuni oleh wanita terutama wanita yang sudah menikah sesuai dengan hasil pengamatan para guru PAUD sering merasa tidak nyaman atau benar-benar kesulitan dengan segala bentuk tuntutan memenuhi tugas pekerjaan yang sering diupayakan agar seimbang dengan tuntutan peran sebagai bagian dari keluarga. Namun pada kenyataannya kondisi tersebut tetap memicu ketidakseimbangan pada peran-peran tersebut dan akhirnya terjadi konflik peran. Sebagaimana pendapat Greenhaus & Beutell (1985) bahwa konflik peran ganda biasanya muncul akibat tidak adanya kecocokan antara peran pekerjaan dan peran dalam keluarga dalam beberapa hal sehingga menimbulkan konflik.

Meskipun begitu, beberapa guru PAUD di Kecamatan Karangploso Malang ditemukan mampu meregulasi dirinya dengan tetap mampu merencanakan dan mengelola tujuan yang ingin dicapai, nyaman dengan profesinya, aktif, bersemangat, dan selalu terlihat ceria dan ramah. kondisi

tersebut yang membuat penelitian ini menjadi menarik untuk dilakukan, sebab peneliti ingin mengkaji kesejahteraan psikologis guru PAUD dipengaruhi oleh konflik peran ganda yang dihadapinya dengan seberapa besar dampak variabel regulasi diri moderasi mempengaruhi variabel X terhadap Y. Berdasarkan uraian dalam kajian teori serta fenomena yang disebutkan, terdapat pengaruh antara konflik peran ganda (X) dengan kesejahteraan psikologis (Y) dan di dalam kedua variabel tersebut memiliki kemungkinan adanya variabel moderator (Z) yang dapat menunjukkan tinggi rendahnya variabel X terhadap Y sesuai dengan kemampuan individu masing-masing.

Variabel moderasi diartikan sebagai variabel yang dapat memperkuat atau melemahkan hubungan langsung antara variabel independen dan dependen. Variabel ini juga sebagai tipe variabel yang memiliki pengaruh kepada sifat atau arah hubungan dari dua variabel tersebut. Sifat atau arah tersebut kemungkinan positif atau negatif tergantung pada variabel moderasi. Karena dalam penelitian ini peneliti menggunakan variabel regulasi diri menjadi variabel moderator, maka penelitian ini ingin menguji tingkat peran regulasi diri sebagai moderator pengaruh konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis pada guru PAUD. Kerangka berpikir penelitian ini dapat dilihat pada gambar berikut:

Gambar 2.1. Kerangka Konseptual



G. Hipotesis

Berdasarkan kerangka konseptual di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ha1 : Konflik peran ganda berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD di Kecamatan Karangploso Malang.

Ha2 : Regulasi diri mampu memoderasi konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD di Kecamatan Karangploso Malang.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

1. Jenis Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu dengan melakukan penelitian menggunakan kuesioner atau memberikan daftar pertanyaan berupa angket melalui *google form*. Dimana dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konflik peran ganda (X) terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD di kecamatan karangploso (Y) dan akan dimoderasi oleh regulasi diri (Z). Metode penelitian yang akan dipakai oleh peneliti untuk penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif korelasional. Menurut Sugiono, penelitian korelasional bertujuan untuk menyembunyikan sejauh mana variasi pada satu variabel yang berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Dari penelitian ini dapat diperoleh informasi tentang pengaruh yang terjadi, bukan tentang adanya atau tidaknya efek variabel satu terhadap variabel yang lain (Sugiono 2014).

Penelitian korelasi kuantitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk menentukan apakah ada pengaruh antara dua atau lebih variabel. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan data numerik dan dianalisis dengan metode statistik (Tanzeh and Arikunto 2020).

2. Variabel Penelitian

Variabel merupakan objek penelitian atau segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang suatu hal kemudian ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel, yakni:

- a. Variabel Bebas (X): variabel bebas adalah variabel yang diselidiki pengaruhnya atau variabel yang mempengaruhi variabel lain. Dalam penelitian ini adalah konflik peran ganda

- b. Variabel Terikat (Y): variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini adalah kesejahteraan psikologis
- c. Variabel Moderasi (Z): variabel moderasi adalah variabel yang dapat memperkuat atau melemahkan hubungan langsung antara variabel bebas dan terikat. Dalam penelitian ini adalah regulasi diri

B. Definisi Operasional

1. Kesejahteraan Psikologis

Variabel ini menjelaskan Kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) adalah adalah suatu kondisi psikologis yang positif guru PAUD dengan menerima dan mengisi kehidupannya secara bermakna, bertujuan, sehingga berfungsi optimal dan memiliki penilaian positif terhadap kehidupannya. Untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis peneliti menggunakan enam indikator (Ryff), yaitu:

- a. Penerimaan diri
- b. Hubungan sosial
- c. Otonomi
- d. Penguasaan lingkungan
- e. Tujuan hidup
- f. Pengembangan diri

2. Konflik Peran Ganda

Variabel ini diartikan sebagai konflik yang dialami oleh guru PAUD yang ditimbulkan oleh tuntutan memenuhi tanggung jawab peran dalam pekerjaan dan keluarga yang saling bertentangan. Untuk mengukur tingkat konflik peran ganda peneliti menggunakan tiga indikator (Greenkaus & Beutell), yaitu:

- a. *Time based-conflict* (konflik berdasarkan waktu)
- b. *Behavior based-conflict* (konflik berdasarkan perilaku)
- c. *Strain based-conflict* (konflik berdasarkan tekanan)

3. Regulasi Diri

Variabel ini menjelaskan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan diri yang ada pada guru PAUD untuk merencanakan, menetapkan niat dan

perilaku mereka sendiri serta kontrol terhadap dirinya sendiri demi tujuan tertentu yang ingin dicapai. Untuk mengukur variabel ini peneliti menggunakan empat indikator (Pichardo, at al), yaitu:

- a. *goal setting*
- b. *perseverences*
- c. *decision making*
- d. *learning from mistakes*

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi menurut Sugiono (2017) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut Suryani (2015) populasi terbagi menjadi tiga jenis yaitu populasi terbatas dan populasi tidak terbatas.

a. Populasi Terbatas

Merupakan populasi yang memungkinkan untuk dapat dihitung jumlahnya.

b. Populasi Tidak Terbatas

Merupakan populasi yang tidak memungkinkan untuk dihitung jumlahnya secara keseluruhan. (Lailatul, 2014).

Sugiyono (2019) juga menjelaskan bahwa populasi adalah subjek atau orang yang sudah mempunyai karakteristik yang ditentukan oleh peneliti dan selanjutnya ditetapkan sebagai informan penelitian oleh peneliti. Sedangkan menurut Arikunto (Arikunto Suharsimi 2013) populasi merupakan apapun yang ada di wilayah penelitian. Populasi dari penelitian ini adalah guru PAUD sekecamatan Karangploso. Populasi dalam penelitian ini sebesar 350 guru PAUD (UPTD, 2023). Jenis populasi dalam penelitian ini adalah populasi tidak terbatas (*infinite*), yang dijadikan populasi adalah Guru PAUD di Kecamatan Karangploso dengan karakteristik pengambilan sampel sebagai berikut :

- a. Guru PAUD usia 20 sampai dengan 60 tahun

2. Sampel

Menurut Sugiono, Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jumlah unit sampel dilambangkan dengan notasi n (Sugiono 2014). Dalam penelitian ini yang akan dijadikan sampel adalah guru PAUD yang bersedia mengisi kuesioner penelitian. Teknik pengambilan sampel yang dipakai adalah *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pengambilan sampel dilakukan secara sengaja dan sesuai dengan persyaratan sampel yang bertujuan agar data sampel yang didapat lebih representatif.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Mengumpulkan data berarti mengamati variabel-variabel yang akan diteliti dengan metode pengumpulan data. Pengumpulan data ini dimaksudkan untuk memperoleh bahan-bahan yang akurat, relevan dan reliabel (Hamdi and Jannah 2020). Untuk memperoleh data yang dimaksud maka digunakan metode dan prosedur pengumpulan data serta alat-alat yang diandalkan.

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala kesejahteraan psikologis diukur menggunakan instrumen *Psychological Well-Being Scale* (Ryff & Keyes, 1995) merupakan *self-assessment scale* yang terdiri dari 6 aspek. Skala ini terdiri dari 24 pernyataan dan secara spesifik mengukur *autonomy, environmental mastery, personal growth, positive relations with others, purpose in life, self-acceptance*

Tabel 3.1. Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis

Aspek	Item		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
Penerimaan Diri	21, 22	23, 24	4
Hubungan Positif Dengan Orang Lain	13, 14	15, 16	4

Otonomi	1, 2	3, 4	4
Penguasaan Lingkungan	6, 8	5, 7	4
Tujuan Hidup	17, 19	18, 20	4
Pertumbuhan Pribadi	10, 11	9, 12	4
Total	12	12	24

2. Skala Konflik Peran Ganda

Konflik peran ganda menggunakan skala yang dibuat atas dasar dimensi konflik peran ganda yang dikemukakan oleh Greenhaus & Beutell (1985), yaitu: *time-based conflict*, *strain-based conflict*, dan *behavior-based conflict*. Skala dalam penelitian ini dikelompokkan kedalam bentuk *favorable* dan *unfavorable*. Untuk aitem *favorable* nilai ditentukan berkisar dari 1 (satu) sampai dengan 4 (empat).

Tabel 3.2. Blue Print Skala Konflik Peran Ganda

Aspek	Item		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
<i>Time-Based Conflict</i>	1, 3, 5, 6	2, 4, 7, 8	8
<i>Strain-Based Conflict</i>	9, 10, 12, 13	11, 14, 15	7
<i>Behavior-Based Conflict</i>	19	16, 17, 18, 20, 21	6
Total	9	12	21

3. Skala Regulasi Diri

Regulasi diri dapat dilihat dengan menggunakan skala yang diadaptasi oleh peneliti berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan Pichardo, dkk. yaitu: (1) *goal setting*, (2) *perseverences*, (3) *decision making*, dan (4) *learning from mistakes*.

Tabel 3.3. Blue Print Skala Regulasi Diri

Aspek	Item		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
<i>Goal Setting</i>	4, 5, 9 12	6, 11	6
<i>Perseverences</i>	1, 7, 14	3, 10, 13	6

<i>Decision making</i>	2	8	2
<i>Learning from mistakes</i>	15, 16	17	3
Total	10	7	17

Adapun skala yang digunakan untuk mengukur adalah skala likert yaitu skala menggunakan empat pilihan. Penilaian yang diberikan kepada masing-masing partisipan pada setiap indikator adalah sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS)

Skala likert merupakan metode untuk mengukur baik tanggapan positif ataupun negatif terhadap suatu pernyataan (Tanzeh and Arikunto 2020).

Tabel 3.4. Skor Alternatif Jawaban

Jenis Pertanyaan	Jawaban			
	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
Favorable (pertanyaan positif)	4	3	2	1
Unfavorable (pertanyaan negatif)	1	2	3	4

4. Uji Validitas dan Reliabilitas

Sebelum melakukan penelitian peneliti sebaiknya memastikan alat ukur yang digunakan harus valid dan reliabel agar hasilnya tidak keliru dan tidak memberikan gambaran yang jauh berbeda dari keadaan yang sebenarnya.

a. Validitas

Menurut Azwar (2011), validitas berasal dari kata validity yang mempunyai arti sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurannya. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid (Hamdi and Jannah 2020).

Menurut Sugiono, sebuah instrumen dikatakan valid apabila mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Uji validitas digunakan untuk menguji sejauh mana item kuesioner valid atau tidak valid. Hal ini dilakukan untuk mencari korelasi dari setiap item pertanyaan dengan skor total pertanyaan untuk hasil jawaban responden yang mempunyai skala pengukuran ordinal minimal serta pilihan jawaban lebih dari dua pilihan (Sugiono 2014). Rumus korelasi yang dapat digunakan adalah rumus korelasi Person Product Moment seperti dibawah ini:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = korelasi person antara skor item instrumen yang akan digunakan dengan skor semua item instrumen dalam variabel yang bersangkutan

x = skor item yang akan digunakan

y = skor semua item instrumen dalam variabel tersebut

$\sum x$ = Jumlah skor dalam distribusi x

$\sum y$ = Jumlah skor dalam distribusi y

$\sum x^2$ = Jumlah kuadrat dalam skor distribusi x

$\sum y^2$ = Jumlah kuadrat dalam skor distribusi y

n = banyaknya sampel atau responden

Keputusan pengujian validitas item responden adalah sebagai berikut

1. Item pertanyaan penelitian dikatakan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$.
2. Item pertanyaan penelitian dikatakan tidak valid apabila $r_{hitung} < r_{tabel}$.

Secara teknis pengujian instrument dengan rumus-rumus diatas menggunakan aplikasi SPSS 22.0 *for windows*.

b. Reliabilitas

Menurut Azwar (2011), reabilitas berasal dari kata reliabilitas yang merujuk pada asal-usul dan kemampuan, pengukuran yang memiliki bisik-bisik tinggi disebut sebagai pengukuran yang dapat diandalkan. Konsep bela diri dalam konteks alat terkait dengan

masalah pengukuran kesalahan. Uji coba yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Alpha Cronbach* (Mulyana 2014). Perhitungan *Alpha Cronbach* dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS 22.0 *for windows*.

$$C\sigma = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

$C\sigma$ = Reliabilitas instrument

k = Banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma b^2$ = Jumlah varian butir

σ_t^2 = Varians total

Keputusan uji reliabilitas ditentukan dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka item pertanyaan dinyatakan reliable.
- b. Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka item pertanyaan dinyatakan tidak reliable.

E. Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu rangkaian kegiatan penelitian yang amat penting dan menentukan (Sugiono, 2014). Peneliti menggunakan Model analisis data statistik yang berupa korelasi sebab-akibat atau dengan kata lain hubungan atau pengaruh yang menggunakan model regresi moderasi menggunakan aplikasi statistik SPSS 22.0 *for windows* Peneliti memakai data statistik deskriptif untuk menggambarkan situasi umum yang terjadi di tempat penelitian atau hasil penelitian.

1. Analisis Kategorisasi Variabel

Untuk mengkategorikan dan mengukur tingkat konflik peran ganda, kesejahteraan psikologis dan regulasi diri guru PAUD, maka digunakan kategorisasi untuk variabel berjenjang dengan mengacu pada mean hipotetik dan standart deviasi dengan bantuan analisis frekuensi SPSS 22.0 *for windows*, kemudian dilakukan kategorisasi dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 3.5. Analisis Kategorisasi Variabel

Variabel	Interval	Kategori
Konflik Peran Ganda	$X > (M + 1SD)$	Tinggi
	$(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$	Sedang
	$X < (M + 1SD)$	Rendah
Kesejahteraan Psikologis	$X > (M + 1SD)$	Tinggi
	$(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$	Sedang
	$X < (M + 1SD)$	Rendah
Regulasi Diri	$X > (M + 1SD)$	Tinggi
	$(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$	Sedang
	$X < (M + 1SD)$	Rendah

Keterangan:

M : Rata-Rata

SD : Standart Deviasi

Skor kriteria tinggi, sedang dan rendah pada tahap berikutnya akan digunakan untuk mengetahui besarnya presentase (Ghozali 2013).

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas residual dilakukan dengan tujuan agar peneliti tahu normal atau tidaknya distribusi data. Namun sebelumnya dilakukan terlebih uji normalitas data agar peneliti mengetahui apakah data ini dapat menggunakan uji analisis parametrik atau nonparametric (Sugiono 2014). Metode pengujian yang digunakan yaitu Kolmogrov Smirnov dengan kriteria pengujian $\alpha = 0,05$ sebagai berikut:

- 1) Jika $\alpha \text{ sig} \geq \alpha$ berarti data sampel berdistribusi normal.
- 2) Jika $\alpha \text{ sig} \leq \alpha$ berarti data sampel tidak berdistribusi normal.

b. Uji Multikolinieritas

Pengujian ini dilakukan agar supaya peneliti bisa melihat apakah terdapat korelasi antar variabel independen di dalam model regresi. Baiknya, sebuah penelitian dengan model regresi tidak terdapat korelasi antar variabel bebasnya. Multikolinieritas dapat dilihat dari nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Faktor* (VIF). Jika nilai *tolerance* >

0,10 dan nilai VIF < 10,00 maka model regresi tersebut bebas dari multikolinieritas (Ghozali 2013).

c. Uji Heterokedastisitas

Menurut Ghozali, uji heterokedastisitas memiliki tujuan untuk melihat apakah terdapat ketidaksamaan residual satu pengamatan ke pengamatan lain dalam sebuah model regresi. Heterokedastisitas merupakan salah satu faktor yang menyebabkan model regresi linier tidak efisien dan akurat. Model regresi yang baik ditandai dengan tidak terjadi gejala heterokedastisitas. Salah sstu cara yang paling akurat untuk mendeteksi heterokedastisitas adalah dengan menggunakan uji scatterplot (Ghozali 2013).

3. Uji Analisis Regresi Moderasi

Untuk menguji regulasi diri sebagai variabel moderasi pada pengaruh konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD. Menggunakan metode *moderated regression analysis* (MRA). MRA merupakan aplikasi khusus regresi linier berganda, dimana dalam persamaan regresinya mengandung unsur interaksi yakni perkalian dua atau lebih variabel independen (Arikunto, 2006). Uji ini untuk membuktikan apakah variabel moderasi dapat memperkuat atau memperlemah pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. MRA dapat untuk menguji hipotesis kedua (Sakti, 2017). Langkah-langkah pengujian sebagai berikut:

$$Y = a + b_1 X + b_2 Z + b_3 X*Z$$

Keterangan:

Y : Kesejahteraan psikologis

a : Konstanta

b : Koefisien regresi

X : Konflik peran ganda

Z : Regulasi diri

X*Z : Interaksi antara konflik peran ganda dengan regulasi diri

4. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dimaksudkan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh konflik peran ganda dan regulasi diri terhadap kesejahteraan psikologis. Metode statistik untuk menguji pengaruh antara dua variabel dependen dan satu atau lebih variabel independen adalah regresi. Metode statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah regresi linier berganda untuk mengetahui gambaran mengenai pengaruh konflik peran ganda dan regulasi diri terhadap kesejahteraan psikologis. (Sugiono 2014).

a. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Menurut Ghozali, menjelaskan bahwasannya peneliti menggunakan koefisien determinasi (R^2) dengan tujuan untuk menentukan dan memprediksi seberapa besar atau seberapa penting kontribusi pengaruh yang diberikan oleh variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen. Nilai koefisien determinasi yang berkisar antara 0 dan 1. Jika nilai R^2 kecil, maka kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan variasi variabel terikat sangat terbatas. Namun jika nilai mendekati 1, berarti variabel bebas memberikan semua informasi yang diperlukan untuk menahan variabel terikat (Ghozali 2018).

b. Uji Statistik F

Menurut Ghozali, menjelaskan bahwa pengujian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat apakah dalam variabel terikat dipengaruhi secara simultan oleh variabel bebas (Sugiono 2014). Kriteria yang digunakan adalah sebagai berikut:

- 1) Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ dengan tingkat signifikansi $\geq 0,05$ maka variabel independen tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.
- 2) Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ dengan tingkat signifikansi $\leq 0,05$ maka variabel independen memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.

c. Uji Statistik t

Menurut Ghozali, uji parsial (uji t) dilakukan dengan tujuan untuk melihat pengaruh dari setiap variabel bebas secara mandiri terhadap variabel terikat (Ghozali 2013). Tingkat signifikansi atau kepercayaan dalam pengujian ini sebesar 95% atau $(\alpha) = 0,05$ dengan kriteria pengujian:

- 1) Jika t hitung mempunyai tingkat signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.
- 2) Jika t hitung mempunyai tingkat signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Kabupaten Malang Provinsi Jawa Timur memiliki 33 kecamatan, salah satunya yaitu Kecamatan Karangploso. Ada sekitar sembilan desa di Kecamatan Karangploso. Kesembilan desa di kecamatan ini adalah Ampeldento, Bocek, Donowarih, Girimoyo, Kepuharjo, Ngenep, Ngijo, Tawangargo, dan Tegalgondo. Secara astronomis Kecamatan Karangploso terletak antara 7.5514 sampai 7.5227 Lintang Selatan dan Bujur 112.3506 sampai 122.3753 Bujur Timur. Beberapa desa di Kecamatan Karangploso relatif datar dan dikelilingi perbukitan.

Sebagai wilayah administratif dan diitari oleh beberapa kecamatan yang ada di Malang Raya, seperti di barat ada Kecamatan Bumiaji Kota Batu, bagian utara berhimpitan dengan Kecamatan Singosari, sebelah timur berbatasan langsung dengan Kecamatan Singosari dan Lowokwaru Kota Malang, serta Kecamatan Dau dan Kecamatan Junrejo Kota Batu di sebelah selatan. Tentunya sektor pendidikan di Kecamatan Karangploso semakin berkembang, termasuk di jenjang pendidikan anak usia dini (PAUD) yang artinya profesi sebagai guru PAUD juga semakin berkembang dan mengalami banyak terobosan sesuai dengan perkembangan pada dunia pendidikan. Berkaca pada perkembangan tersebut kesejahteraan guru PAUD seharusnya sangat penting untuk mendapatkan perhatian, karena bukan hanya di wilayah Kecamatan Karangaploso khususnya, namun secara nasional kesejahteraan guru PAUD telah mendapatkan perhatian dari pemerintah, seperti sudah diketahui bahwa UU pendidikan tentang guru dan dosen telah disahkan dan berlaku secara umum, meskipun hal tersebut juga memiliki prasyarat tersendiri.

2. Pengumpulan Data

Penelitian ini dilaksanakan pada Februari sampai Juni 2023. Pengumpulan data menggunakan skala konflik peran ganda, skala kesejahteraan psikologis dan skala regulasi diri yang masing-masing memiliki empat alternatif jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS) pada variabel X dan Y. Sedangkan pada variabel Z memiliki alternatif jawaban sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Keempat skala tersebut menggunakan metode *try out* terpakai, yang artinya skala tersebut disebar hanya sekali kepada partisipan dan dianalisis hasilnya tanpa melakukan perubahan terhadap item-itemnya. Selama proses pengumpulan data, penyebaran dilakukan secara *online* dengan cara peneliti membagikan lembar kuesioner penelitian dalam bentuk *google form* kepada partisipan melalui grup *whatsapp* organisasi. Pelaksanaan penelitian kurang begitu lancar karena adanya beberapa responden tidak langsung merespon kuesioner hingga beberapa hari, sehingga membuat waktu pengumpulan data menjadi sedikit lebih lama.

3. Pelaksanaan Skoring

Setelah pengumpulan data dilakukan oleh peneliti maka selanjutnya skala yang telah diisi responden kemudian dilakukan skoring. Langkah-langkah skoring dilakukan sebagai berikut:

- a. Memberikan skor pada masing-masing jawaban yang telah diisi oleh responden dengan rentang skor satu sampai dengan empat pada skala konflik peran ganda, skala kesejahteraan psikologis dan skala regulasi diri, yang selanjutnya akan ditabulasi.
- b. Melakukan olah data yang meliputi uji validitas, uji realibilitas, uji analisis kategorisasi, uji normalitas, uji multikoleniaritas, uji heteroskedastisitas, uji analisis regresi sederhana, uji analisis regresi moderasi, uji koefisien determinasi, uji statistik f dan uji statistik t.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Kategorisasi Variabel

Analisis kategori variabel penelitian ini digunakan untuk mengetahui

seberapa tinggi presentase variabel penelitian pada subyek yang diteliti. Tingkat konflik peran ganda, regulasi diri dan kesejahteraan psikologis guru PAUD dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah sesuai dengan pembahasan sebelumnya. Penentuan kategori tersebut dilakukan oleh peneliti setelah mengetahui *Mean* (M) hipotetik dan *Standart Deviation* (SD) hipotetik pada kedua variabel tersebut.

a. Konflik Peran Ganda

Adapun nilai *Mean* (M) hipotetik dan *Standart Deviation* (SD) hipotetik pada variabel X akan dihitung menggunakan rumus berikut perhitungannya:

1. Konflik Peran Ganda Secara Umum

Jumlah item	: 21
Skala skor	: 1 - 4
Xmin	: $1 \times 21 = 21$
Mmax	: $4 \times 21 = 84$
Mean	: $(X_{\max} + X_{\min}) : 2$: $(84 + 21) : 2 = 52.5$
Standar deviasi	: $(X_{\max} - X_{\min}) : 6$: $(84 - 21) : 6 = 10.5$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

a. Tinggi	: $X > (M + 1SD)$: $X > (52.5 + 10.5)$: $X > 63$
b. Sedang	: $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$: $(52.5 - 10.5) < X < (52.5 + 10.5)$: $42 < X < 63$
c. Rendah	: $X < (M - 1SD)$: $X < (52.5 - 10.5)$: $X < 42$

Melalui perhitungan kategorisasi konflik peran ganda secara

umum dapat ditabulasikan sebagai berikut:

Tabel 4.1. Hasil Kategori Konflik Peran Ganda Secara Umum

Kategori			
Kategori	Interval	Partisipan	%
Tinggi	$X > 63$	61	89.3%
Rendah	$X < 42$	9	10.7%

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil presentase konflik peran ganda secara umum sebesar 89.3% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 61 guru PAUD, sedangkan pada kategori rendah memiliki prosentase 10.7% dengan jumlah frekuensi 9 guru PAUD.

2. Konflik Peran Ganda Berdasarkan Aspek

Adapun nilai *Mean* (M) hipotetik dan *Standart Deviation* (SD) hipotetik pada variabel X akan dihitung menggunakan rumus berikut perhitungannya:

2. *Time-Based Conflict*

Jumlah item	: 8
Skala skor	: 1 - 4
Xmin	: $1 \times 8 = 8$
Mmax	: $4 \times 8 = 32$
Mean	: $(X_{\max} + X_{\min}): 2$: $(32 + 8): 2 = 20$
Standar deviasi	: $(X_{\max} - X_{\min}): 6$: $(32 - 8): 6 = 4$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

- a. Tinggi : $X > (M + 1SD)$
: $X > (20 + 4)$
: $X > 24$
- b. Sedang : $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
: $(20 - 4) < X < (20 + 4)$
: $16 < X < 24$
- c. Rendah : $X < (M - 1SD)$

$$: X < (20 - 4)$$

$$: X < 16$$

3. *Strain-Based Conflict*

Jumlah item : 7

Skala skor : 1 - 4

Xmin : $1 \times 7 = 7$

Mmax : $4 \times 7 = 28$

Mean : $(X_{\max} + X_{\min}) : 2$

$$: (28 + 7) : 2 = 17.5$$

Standar deviasi : $(X_{\max} - X_{\min}) : 6$

$$: (28 - 7) : 6 = 3.5$$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

a. Tinggi : $X > (M + 1SD)$

$$: X > (17.5 + 3.5)$$

$$: X > 21$$

b. Sedang : $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$

$$: (17.5 - 3.5) < X < (17.5 + 3.5)$$

$$: 14 < X < 21$$

c. Rendah : $X < (M - 1SD)$

$$: X < (17.5 - 3.5)$$

$$: X < 14$$

4. *Behavior-Based Conflict*

Jumlah item : 6

Skala skor : 1 - 4

Xmin : $1 \times 6 = 6$

Mmax : $4 \times 6 = 24$

Mean : $(X_{\max} + X_{\min}) : 2$

$$: (24 + 6) : 2 = 15$$

Standar deviasi : $(X_{\max} - X_{\min}) : 6$

$$: (24 - 6) : 6 = 3$$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari

masing-masing kategori, sebagai berikut:

- a. Tinggi : $X > (M + 1SD)$
 : $X > (15 + 3)$
 : $X > 18$
- b. Sedang : $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
 : $(15 - 3) < X < (15 + 3)$
 : $12 < X < 18$
- c. Rendah : $X < (M - 1SD)$
 : $X < (15 - 3)$
 : $X < 12$

Melalui perhitungan kategorisasi tingkat konflik peran ganda dapat ditabulasikan sebagai berikut:

Tabel 4.2. Hasil Kategori Konflik Peran Ganda Berdasarkan Aspek

Aspek	Kategori	
	Tinggi N(%)	Rendah N(%)
<i>Time-Based Conflict</i>	36(51.4%)	34(48.6%)
<i>Strain-Based Conflict</i>	26(37.1%)	44(62.9%)
<i>Behavior-Based Conflict</i>	39(55.7%)	31(44.3%)

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil presentase aspek *time-based conflict* sebesar 51.4% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 36 guru PAUD, sedangkan pada kategori rendah memiliki prosentase 48.6% dengan jumlah frekuensi 34 guru PAUD.

Kemudian pada presentase aspek *strain-based conflict* sebesar 37.1% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 26 guru PAUD, sedangkan pada kategori rendah memiliki prosentase 62.9% dengan jumlah frekuensi 44 guru PAUD.

Selanjutnya, diperoleh presentase aspek *behavior-based conflict* sebesar 55.7% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 39 guru PAUD, sedangkan pada kategori rendah memiliki prosentase 44.3% dengan jumlah frekuensi 31 guru PAUD.

Dengan demikian, hasil dari sebaran *time-based conflict* dengan presentase 51.4% jumlah frekuensi 36 guru PAUD pada kategori tinggi, *strain-based conflict* dengan presentase 62.9% jumlah frekuensi 44

guru PAUD pada kategori rendah, dan *behavior-based conflict* dengan presentase 55.7% jumlah 39 guru PAUD pada kategori tinggi.

b. Kesejahteraan Psikologis

Adapun nilai *Mean* (M) hipotetik dan *Standart Deviation* (SD) hipotetik pada variabel Y akan dihitung menggunakan rumus berikut perhitungannya:

1. Kesejahteraan Psikologis Secara Umum

Jumlah item	: 24
Skala skor	: 1 - 4
Xmin	: $1 \times 24 = 24$
Mmax	: $4 \times 24 = 96$
Mean	: $(X_{\max} + X_{\min}) : 2$: $(96 + 24) : 2 = 60$
Standar deviasi	: $(X_{\max} - X_{\min}) : 6$: $(96 - 24) : 6 = 12$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

a. Tinggi	: $X > (M + 1SD)$: $X > (60 + 12)$: $X > 72$
b. Sedang	: $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$: $(60 - 12) < X < (60 + 12)$: $48 < X < 72$
c. Rendah	: $X < (M - 1SD)$: $X < (60 - 12)$: $X < 48$

Melalui perhitungan kategorisasi tingkat kesejahteraan psikologis dapat ditabulasikan sebagai berikut:

Tabel 4.3. Hasil Kategori Kesejahteraan Psikologis Secara Umum
Kategori

Kategori	Interval	Partisipan	%
----------	----------	------------	---

Tinggi	$48 < X < 72$	31	44.3%
Rendah	$X < 48$	39	55.7%

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil presentase kesejahteraan psikologis secara umum sebesar 55.7% berada pada kategori rendah dengan jumlah frekuensi 39 guru PAUD, sedangkan pada kategori sedang memiliki prosentase 44.3% dengan jumlah frekuensi 31 guru PAUD.

2. Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Aspek

- Jumlah item : 4
 Skala skor : 1 - 4
 X_{min} : $1 \times 4 = 4$
 M_{max} : $4 \times 4 = 16$
 Mean : $(X_{max} + X_{min}) : 2$
 : $(16 + 4) : 2 = 10$
 Standar deviasi : $(X_{max} - X_{min}) : 6$
 : $(16 - 4) : 6 = 2$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

- a. Tinggi : $X > (M + 1SD)$
 : $X > (10 + 2)$
 : $X > 12$
 b. Sedang : $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
 : $(10 - 2) < X < (10 + 2)$
 : $8 < X < 12$
 c. Rendah : $X < (M - 1SD)$
 : $X < (10 - 2)$
 : $X < 8$

Melalui perhitungan kategorisasi tingkat *health belief model* dapat ditabulasikan sebagai berikut:

Tabel 4.4. Hasil Kategori Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Aspek

Aspek	Kategori		
	Tinggi N(%)	Sedang N(%)	Rendah N(%)
Penerimaan Diri	28(40%)	31(44.3%)	11(15.7%)
Hubungan Positif	32(45.7%)	34(48.6%)	4(5.7%)
Otonomi	24(34.3%)	25(35.7%)	21(30%)
Penguasaan Lingkungan	29(41.4%)	30(42.9%)	11(15.7%)
Tujuan Hidup	35(45.7%)	23(32.9%)	12(17.1%)
Pertumbuhan Pribadi	30(42.9%)	22(31.4%)	18(25.7%)

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil presentase aspek penerimaan diri sebesar 40% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 28 guru PAUD, pada kategori sedang memiliki prosentase 44.3% dengan jumlah frekuensi 31 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 15.7% dengan frekuensi 11 guru PAUD.

Hasil presentase aspek hubungan positif sebesar 45.7% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 32 guru PAUD, pada kategori sedang memiliki prosentase 48.6% dengan jumlah frekuensi 34 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 5.7% dengan frekuensi 4 guru PAUD.

Selanjutnya, hasil presentase aspek otonomi sebesar 34.3% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 24 guru PAUD, pada kategori sedang memiliki prosentase 35.7% dengan jumlah frekuensi 25 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 30% dengan frekuensi 21 guru PAUD.

Sedangkan, hasil presentase aspek penguasaan lingkungan sebesar 41.4% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 29 guru PAUD, pada kategori sedang memiliki prosentase 42.9% dengan jumlah frekuensi 30 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 15.7% dengan frekuensi 11 guru PAUD.

Hasil presentase aspek tujuan hidup sebesar 50% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 35 guru PAUD, pada kategori sedang memiliki prosentase 32.9% dengan jumlah frekuensi 23 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 17.1% dengan

frekuensi 12 guru PAUD.

Dan hasil presentase aspek pertumbuhan pribadi sebesar 42.9% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 30 guru PAUD, pada kategori sedang memiliki prosentase 31.4% dengan jumlah frekuensi 22 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 25.7% dengan frekuensi 18 guru PAUD.

c. Regulasi Diri

Adapun nilai *Mean* (M) hipotetik dan *Standart Deviation* (SD) hipotetik pada variabel Z akan dihitung menggunakan rumus berikut perhitungannya:

1. Regulasi Diri Secara Umum

Jumlah item	: 17
Skala skor	: 1 - 4
Xmin	: $1 \times 17 = 17$
Mmax	: $4 \times 17 = 68$
Mean	: $(X_{\max} + X_{\min}): 2$: $(68 + 17): 2 = 42.5$
Standar deviasi	: $(X_{\max} - X_{\min}): 6$: $(68 - 17): 6 = 8.5$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

a. Tinggi	: $X > (M + 1SD)$: $X > (42.5 + 8.5)$: $X > 51$
b. Sedang	: $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$: $(42.5 - 8.5) < X < (42.5 + 8.5)$: $34 < X < 51$
c. Rendah	: $X < (M - 1SD)$: $X < (42.5 - 8.5)$: $X < 34$

Melalui perhitungan kategorisasi regulasi diri secara umum dapat ditabulasikan sebagai berikut:

Tabel 4.5. Hasil Kategori Regulasi Diri Secara Umum

Kategori			
Kategori	Interval	Partisipan	%
Tinggi	$X > 63$	54	77.1%
Sedang	$42 < X < 63$	16	22.9%

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil presentase regulasi diri secara umum sebesar 77.1% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 54 guru PAUD, sedangkan pada kategori sedang memiliki prosentase 22.9% dengan jumlah frekuensi 16 guru PAUD.

2. Regulasi Diri Berdasarkan aspek

a. Goal Setting

Jumlah item	: 6
Skala skor	: 1 - 4
Xmin	: $1 \times 6 = 6$
Mmax	: $4 \times 6 = 24$
Mean	: $(X_{max} + X_{min}) : 2$: $(24 + 6) : 2 = 15$
Standar deviasi	: $(X_{max} - X_{min}) : 6$: $(24 - 6) : 6 = 3$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

1. Tinggi : $X > (M + 1SD)$
: $X > (15 + 3)$
: $X > 18$
2. Sedang : $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
: $(15 - 3) < X < (15 + 3)$
: $12 < X < 18$
3. Rendah : $X < (M - 1SD)$
: $X < (15 - 3)$
: $X < 12$

b. Preseverences

Jumlah item	: 6
-------------	-----

Skala skor	: 1 - 4
Xmin	: $1 \times 6 = 6$
Mmax	: $4 \times 6 = 24$
Mean	: $(X_{\max} + X_{\min}): 2$: $(24 + 6): 2 = 15$
Standar deviasi	: $(X_{\max} - X_{\min}): 6$: $(24 - 6): 6 = 3$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

1. Tinggi : $X > (M + 1SD)$
: $X > (15 + 3)$
: $X > 18$
2. Sedang : $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
: $(15 - 3) < X < (15 + 3)$
: $12 < X < 18$
3. Rendah : $X < (M - 1SD)$
: $X < (15 - 3)$
: $X < 12$

c. Decision Making

Jumlah item	: 2
Skala skor	: 1 - 4
Xmin	: $1 \times 2 = 2$
Mmax	: $4 \times 2 = 8$
Mean	: $(X_{\max} + X_{\min}): 2$: $(8 + 2): 2 = 5$
Standar deviasi	: $(X_{\max} - X_{\min}): 6$: $(8 - 2): 6 = 1$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

1. Tinggi : $X > (M + 1SD)$
: $X > (5 + 1)$
: $X > 6$

2. Sedang : $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
 : $(5 - 1) < X < (5 + 1)$
 : $4 < X < 6$
3. Rendah : $X < (M - 1SD)$
 : $X < (5 - 1)$
 : $X < 4$

d. Learning Form Mistakes

- Jumlah item : 3
 Skala skor : 1 - 4
 X_{min} : $1 \times 3 = 3$
 M_{max} : $4 \times 3 = 12$
 Mean : $(X_{max} + X_{min}) : 2$
 : $(12 + 3) : 2 = 7.5$
 Standar deviasi : $(X_{max} - X_{min}) : 6$
 : $(12 - 3) : 6 = 1.5$

Berikut adalah perhitungan untuk mengetahui nilai dari masing-masing kategori, sebagai berikut:

1. Tinggi : $X > (M + 1SD)$
 : $X > (7.5 + 1.5)$
 : $X > 9$
2. Sedang : $(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
 : $(7.5 - 1.5) < X < (7.5 + 1.5)$
 : $6 < X < 9$
3. Rendah : $X < (M - 1SD)$
 : $X < (7.5 - 1.5)$
 : $X < 6$

Melalui perhitungan kategorisasi tingkat regulasi diri dapat ditabulasikan sebagai berikut:

Tabel 4.6. Hasil Kategori Regulasi Diri Berdasarkan Aspek Kategori

Aspek	Tinggi N(%)	Sedang N(%)	Rendah N(%)
Goal Setting	70(100%)	-	-
Preseverences	70(100%)	-	-
Decision Making	33(47.1%)	20(28.6%)	17(24.3%)
Learning Form Mistakes	28(40%)	21(30%)	21(30%)

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil presentase aspek *goal setting* sebesar 100% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 70 guru PAUD. Kemudian pada presentase aspek *preseverences* sebesar 100% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 70 guru PAUD.

Selanjutnya, diperoleh presentase aspek *decision making* sebesar 47.1% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 33 guru PAUD, sedangkan pada kategori sedang memiliki prosentase 28.6% dengan jumlah frekuensi 20 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 24.3% dengan frekuensi 17 guru PAUD.

Kemudian, diperoleh presentase aspek *learning form mistakes* sebesar 40% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 28 guru PAUD, sedangkan pada kategori sedang memiliki prosentase 30% dengan jumlah frekuensi 21 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 30% dengan frekuensi sebanyak 21 guru PAUD.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Distribusi data dikatakan normal apabila nilai signifikansi $> 0,05$ sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka distribusi data dikatakan tidak normal. Berikut hasil uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov*:

Tabel 4.7. Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		70
Normal Parameters	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.15189154

Most Extreme Differences	Absolute	.152
	Positive	.152
	Negative	-.044
Test Statistic		.143
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa tabel *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Diketahui nilai signifikansi 0.200 lebih besar dari pada 0.05, sehingga semua variabel tersebut dinyatakan berdistribusi normal.

b. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas digunakan untuk mengetahui data penelitian terjadi multikolinieritas atau tidak terjadi multikolinieritas. Multikolinieritas dapat dilihat dari nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Faktor (VIF)*. Jika nilai *tolerance* > 0,10 dan nilai VIF < 10,00 maka model regresi tersebut bebas dari multikolinieritas.

Tabel 4.8. Uji Multikolinieritas

		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	Konflik Peran Ganda	.849	1.179
	Regulasi Diri	.859	1.169

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

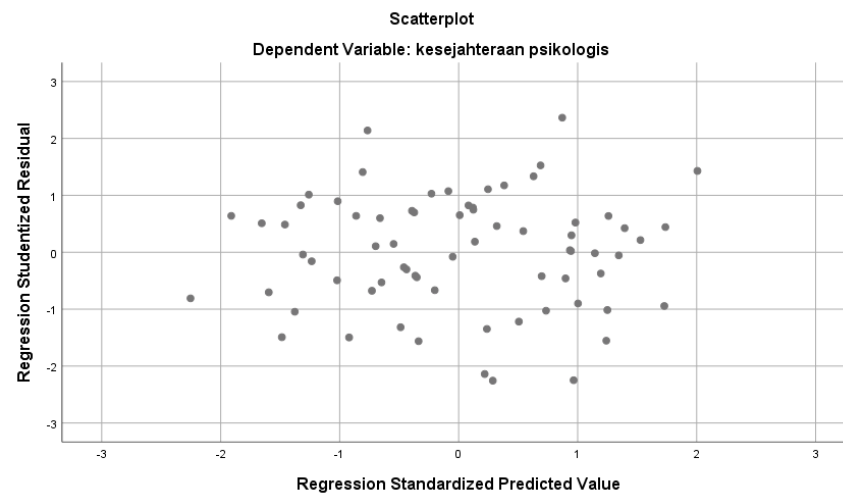
Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa tabel *Coefficients^a*. Diketahui nilai *Tolerance* > 0.10 yaitu 0.849 untuk variabel konflik peran ganda, 0.859 untuk variabel regulasi diri. Serta nilai VIF < 10.00 yaitu 1.179 untuk variabel konflik peran ganda, 1.169 untuk variabel regulasi diri, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinieritas.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas merupakan salah satu faktor yang menyebabkan model regresi linier tidak efisien dan akurat. Model regresi yang baik ditandai dengan tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Salah satu cara untuk mendeteksi

heteroskedastisitas adalah dengan menggunakan uji scatterplot untuk melihat apakah terjadi heteroskedastisitas atau tidak terjadi masalah heteroskedastisitas.

Gambar 4.1. Hasil Uji Heterokedastisitas



Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas karena jika titik data menyebar di atas dan di bawah atau disekitar angka 0, titik tidak mengumpul pada bagian-bagian tertentu, penyebaran titik tidak membentuk pola bergelombang melebar kemudian menyempit dan penyebaran titik data tidak berpola, itulah pada hasil uji diatas dinyatakan tidak terjadi gejala heterokedastisitas.

3. Uji Analisis Regresi Moderasi

Pada uji ini, peneliti menggunakan metode analisis *moderated regression analysis* (MRA). Hasil dari MRA dapat dilihat pada rangkuman tabel berikut:

Tabel 4.9. Hasil Uji Analisis Regresi Moderasi
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	8.653	25.104		-.026	.979
konflik peran ganda	.767	.408	.537	1.879	.000
regulasi diri	.564	.364	.439	1.860	.035
konflik peran ganda*regulasi diri	.523	.307	.420	1.808	.042

a. Dependent Variable: kesejahteraan psikologi

Dari persamaan di atas, dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

- a. Nilai konstanta (a) sebesar 8.653, jika variabel konflik peran ganda, regulasi diri dan interaksi antara konflik peran ganda dengan regulasi diri sama dengan nol maka kesejahteraan psikologis adalah sebesar 8.653.
- b. Nilai koefisien konflik peran ganda (X) sebesar 0.767, berarti bahwa setiap terjadi peningkatan X sebesar 1% maka kesejahteraan psikologis meningkat 0.767 (76.7%) atau sebaliknya setiap terjadi penurunan variabel X sebesar 1% maka kesejahteraan psikologis menurun sebesar 0.767 (76.7%).
- c. Nilai koefisien regulasi diri (Z) sebesar 0.564, berarti bahwa setiap terjadi peningkatan Z sebesar 1% maka kesejahteraan psikologis meningkat 0.564 (56.4%) atau sebaliknya setiap terjadi penurunan variabel X sebesar 1% maka kesejahteraan psikologis menurun sebesar 0.564 (56.4%).
- d. Nilai koefisien konflik peran ganda*regulasi diri (X*Z) sebesar 0.523, berarti bahwa setiap terjadi peningkatan X*Z sebesar 1% maka kesejahteraan psikologis meningkat 0.523 (52.3%) atau sebaliknya setiap terjadi penurunan variabel X sebesar 1% maka kesejahteraan psikologis menurun sebesar 0.523 (52.3%).

4. Uji Hipotesis

a. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Pengujian ini dilakukan dengan tujuan untuk menentukan dan memprediksi seberapa besar atau seberapa penting kontribusi pengaruh yang diberikan oleh variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen. Nilai koefisien determinasi yang berkisar antara 0 dan 1. Jika nilai R^2 kecil, maka kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan variasi variabel terikat sangat terbatas. Namun jika nilai mendekati 1, berarti variabel bebas memberikan semua informasi yang diperlukan untuk menahan variabel terikat.

**Tabel 4.10. Hasil Uji Koefisien Determinasi
Model Summary^b**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.842 ^a	.803	.704	3.660

a. Predictors: (Constant), konflik peran ganda*regulasi diri

b. Dependent Variable: kesejahteraan psikologis

Setelah adanya variable moderasi (regulasi diri) pada persamaan regresi kedua, nilai Rsquare tersebut meningkat menjadi 0.803 atau 80.3%. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa keberadaan variable regulasi diri dapat meningkatkan pengaruh konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD.

b. Uji Statistik F

Pengujian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat apakah dalam variabel dependen dipengaruhi secara simultan oleh variabel independen. Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ dengan tingkat signifikansi $\geq 0,05$ maka antara variabel X dan Z tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel Y, begitupun sebaliknya jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ dengan tingkat signifikansi $\leq 0,05$ maka variabel X memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel Y.

Tabel 4.11. Hasil Uji Statistik F

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2221.134	3	740.373	54.054	.000 ^b
	Residual	904.008	66	27.427		
	Total	3125.143	69			

a. Dependent Variable: kesejahteraan psikologis

b. Predictors: (Constant), konflik peran ganda*regulasi diri, konflik peran ganda, regulasi diri

Dari hasil uji f diatas diketahui nilai signifikansi untuk semua variabel independen, variabel moderasi secara simultan terhadap variabel Y adalah sebesar $0.000 < 0,05$ dan nilai $F_{hitung} 54.054 > F_{tabel} 3.13$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara variabel konflik peran ganda (X) dan regulasi diri (Z) secara simultan berpengaruh terhadap variabel kesejahteraan psikologis (Y).

c. Uji Statistik T

Pengujian hipotesis secara parsial dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ atau $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka variabel konflik peran ganda dan variabel regulasi berpengaruh terhadap variabel kesejahteraan psikologis. Demikian pula sebaliknya jika signifikansi $> 0,05$ atau $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka variabel konflik peran ganda dan variabel regulasi tidak berpengaruh terhadap variabel kesejahteraan psikologis.

Tabel 4.12. Hasil Uji Statistik T
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	8.653	25.104		-.026	.979
konflik peran ganda	.767	.408	.537	2.879	.000
regulasi diri	.564	.364	.439	1.996	.035
konflik peran ganda*regulasi diri	.523	.307	.420	1.998	.042

a. Dependent Variable: kesejahteraan psikologi

Dari hasil uji t diatas diperoleh nilai sig. X sebesar $0.000 < 0.05$ dan nilai t_{hitung} sebesar $2.879 > t_{tabel} 1.994$, nilai sig. Z sebesar $0.035 < 0.05$ dan nilai t_{hitung} sebesar $1.996 > t_{tabel} 1.994$ dan nilai sig. X*Z sebesar $0.042 < 0.05$ dan nilai t_{hitung} sebesar $1.998 > t_{tabel} 1.994$ maka dapat diketahui $t_{hitung} > t_{tabel}$, dengan nilai signifikansi dari masing-masing variabel adalah $< 0,05$. Sehingga variabel konflik peran ganda dan variabel regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap variabel kesejahteraan psikologis guru PAUD.

C. Pembahasan

1. Kesejahteraan Psikologis Guru PAUD

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu yang bisa membangun relasi sosial yang baik, mengaktualisasikan diri dengan lebih baik, mengontrol lingkungannya, serta mampu meraih tujuan dan personal yang terus berkembang (Indrawati, 2019). Berdasarkan hasil dari analisis kategorisasi variabel, kesejahteraan psikologis diatas tergolong pada kategori **rendah** dengan presentase tingkat memperoleh skor 55.7% dengan jumlah frekuensi 39 guru PAUD, sedangkan pada kategori sedang memiliki prosentase 44.3% dengan jumlah frekuensi 31 guru PAUD. Mayoritas responden terganggu kesejahteraan psikologisnya akibat pengembangan dirinya yang rendah.

Jika dalam aspek kesejahteraan psikologis rendah maka secara otomatis tingkat profesionalitas kinerja guru juga tergolong rendah. Aspek dalam tingkatan kategori tinggi adalah pertumbuhan pribadi dengan prosentase sebesar sebesar 42.9% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 30 guru PAUD, pada kategori sedang memiliki prosentase 31.4% dengan jumlah frekuensi 22 guru PAUD dan pada kategori rendah memperoleh skor 25.7% dengan frekuensi 18 guru PAUD. Artinya, aspek pengembangan diri menjadi aspek yang paling banyak mendapatkan pengaruh sehingga guru menjadi tidak sejahtera. Guru PAUD dianggap lemah untuk terus membuka diri dan pikiran agar terus berkembang. Guru hanya terfokus pada kondisinya saat ini dan merasa puas dengan pengalaman, pengetahuan, dan kemampuannya tanpa ingin mengaktualisasikan dirinya lebih lagi pada pendidikan yang lebih tinggi dengan alasan tidak ada biaya, waktu atau tidak ada izin keluarga karena merasa akan menambah beban ekonomi keluarga.

Padahal dalam kajian teori telah disebutkan bahwa guru menurut Peraturan Pemerintah No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Pendidikan Nasional harus memiliki prasyarat kompetensi, yaitu kompetensi pedagogis, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional yang akan menunjang kemampuannya dalam memberikan pembelajaran dan pengasuhan terhadap peserta didiknya. Namun guru PAUD merasa bahwa pengembangan diri menjadi hal yang sangat berat yang bisa saja menimbulkan terjadinya ketidaknyamanan tersendiri. Sehingga kebanyakan guru pasrah dan tidak termotivasi untuk mengembangkan dirinya secara lebih.

Hasil analisis kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar guru PAUD rendah dalam penerimaan diri terhadap profesinya dan segala aktivitas serta jenjang karir kedepan. Guru PAUD tidak legowo dengan kondisinya saat ini, terlebih jenjang karir guru PAUD sangatlah terbatas. Guru PAUD juga terlihat minder dibandingkan dengan profesi guru di jenjang atas atau pada profesi selain guru PAUD yang menimbulkan hubungan dengan orang lain menjadi tidak baik. Secara otonomi guru PAUD sering bergantung pada orang lain terutama kepala lembaga. Berbicara tentang penguasaan lingkungan, guru PAUD sebenarnya tidak kalah dengan profesi lain, namun karena guru PAUD memiliki tugas pengembangan segala aspek pada anak usia dini, jadi guru PAUD terkesan terlalu besar dalam cakupan profesi, sehingga seringkali guru tidak bisa mengoordinir dengan baik bagaimana mengontrol lingkungan. Dikarenakan jenjang karir yang kurang luas, maka kebanyakan tujuan yang ingin dicapai guru PAUD berhenti pada aktivitas mengajar dan menjadi ibu rumah tangga dan bahkan pada pengembangan diri guru PAUD hanya puas pada apa adanya latar belakang pendidikan terakhir tanpa keinginan untuk memperdalam keilmuan atau meningkatkan kemampuan di bidang lain.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dengan kategorisasi rendah mengindikasikan bahwa guru PAUD tidak mampu dalam menilai kesejahteraan psikologis dalam dirinya. Hal ini dapat disebabkan oleh banyak hal, diantaranya persepsi pesimis terhadap dirinya sendiri dan ingin berada pada zona nyamannya. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Aspinwall (2000) yang mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat digambarkan aspek psikologis yang berfungsi dengan baik dan positif dari setiap individu yang akan menjadi arah dan tujuan yang harus diupayakan untuk tercapai (Ghozali 2018). Implikasinya adalah saat kesejahteraan psikologis guru perlu ditingkatkan, maka upaya peningkatan terhadap setiap aspek kesejahteraan psikologis juga harus mendapat perhatian, yakni tindak lanjut dari pihak-pihak pengampu, seperti pemerintah, penyelenggara pendidikan, orang tua, dan berbagai *stakeholder*.

2. Konflik Peran Ganda Guru PAUD

Konflik peran ganda merupakan situasi yang tidak menyenangkan yang biasanya dihindari atau diselesaikan dan berakar pada individu atau lingkungan sosialnya. Konflik peran ganda (*multiple roles*) didefinisikan oleh Katz & Rosemzweigh sebagai satu peran atau lebih yang dipegang oleh perempuan dan peran ini biasanya memiliki ketentuan yang berbeda (Gentati, 2017). Berdasarkan hasil analisis kategorisasi konflik peran ganda dari setiap aspek mendapatkan hasil dari sebaran kuesioner *time-based conflict* dengan presentase 51.4% jumlah frekuensi 36 responden, *strain-based conflict* dengan presentase 62.9% jumlah frekuensi 44 responden pada kategori rendah, dan *behaviour-based conflict* dengan presentase 55.7% jumlah 39 responden pada kategori tinggi.

Hasil analisis kategorisasi ini menunjukkan bahwa sebagian besar guru PAUD tidak mampu mengatur waktu yang dipakai untuk menjalankan tugasnya dan antar peran tidak dapat diganti atau diubah, tidak mampu menyesuaikan diri dalam memberikan peranan pola perilaku tertentu, seperti masalah kebiasaan mengerjakan tugas rumah dengan santai, ketika diaplikasikan di sekolah tidak cocok karena guru harus bekerja secara tepat,

efektif dan cepat tangaap terhadap segala kebutuhan peserta didiknya. Misal, murid membutuhkan pendampingan untuk keperluan toilet training, maka tugas tersebut tidak bisa ditunda dan guru harus segera berada di dekat murid. Sebaliknya, saat guru terbiasa dengan kerja efektif di sekolah, namun cara tersebut tidak bisa digunakan ketika bersama keluarga karena akan terkesan terburu. Guru dalam menghadapi tekanan-tekanan yang diakibatkan tugas menumpuk dari pekerjaan dan rumah belum cukup baik, kondisi tersebut terlihat banyak guru yang terkadang malah abai dengan tugas yang seharusnya guru laksanakan atau bahkan guru menjadi uring-uringan. Hal inilah yang akhirnya berdampak negatif pada satu peran guru terhadap peran lainnya. Menurut Cahyadi (Ghozali 2018) setiap individu memiliki konflik peran yang terus mengiringi kehidupan mereka yang diakibatkan oleh ketidakselarasan peran yang lebih dari satu dan akhirnya menimbulkan ketidaknyamanan pada masing-masing diri individu.

3. Regulasi Diri Guru PAUD

Menurut Brown (2000), regulasi diri merupakan kemampuan untuk merencanakan dan mengelola perilaku mera sendiri dengan cara yang fleksibel sesuai dengan yang diharapkan (Pichardo at al, 2014). Regulasi diri sering disebut kemampuan untuk mengatur pikiran, perasaan serta pola perilaku seseorang. Sesuai hasil analisis kategori variabel regulasi diri di atas tergolong pada kategori **tinggi** dengan presentase tingkat memperoleh skor 77.1% dengan jumlah frekuensi 54 guru PAUD, sedangkan pada kategori sedang memiliki prosentase 22.9% dengan jumlah frekuensi 16 guru PAUD.

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa diperoleh hasil presentase aspek *goal setting* sebesar 100% berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 70 guru PAUD. Sebagian besar guru PAUD sangat baik dalam menetapkan tujuan yang ingin dicapai selain pada mengambil pelajaran pada adanya konflik peran yang dialaminya. Guru PAUD juga gigih dan detail dalam merancang rencana guna mewujudkan tujuan tersebut meskipun tidak jarang guru mendapatkan masalah atau hambatan. Ketika Mengambil keputusan guru PAUD terlebih dulu melakukan identifikasi dan

mencoba menemukan solusi agar guru dapat keluar dari tekanan. Kesalahan yang sudah pernah guru lakukan sebisa mungkin guru hindari agar tidak terjadi kesalahan yang sama. Misal, guru menginginkan adanya kompetensi yang bagus untuk menunjang kemampuannya dalam memfasilitasi perkembangan anak, maka guru memilih untuk melanjutkan pendidikannya sesuai kelinieran bidang yang ditekuni, padahal guru sebelumnya telah memiliki gelar dan dinyatakan cukup pantas mengisi profesi tersebut. Namun guru mampu merencanakan, mengontrol, menetapkan niatnya, dan mewujudkan keinginannya menjadi guru yang bergelar sesuai dengan persyaratan ahli dalam profesi. Artinya guru mampu meregulasi dirinya dengan tetap fokus pada pekerjaan dan tugasnya dalam keluarga.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri dengan kategorisasi tinggi mengindikasikan bahwa guru PAUD baik dalam menilai kemampuan yang mereka miliki. Hal ini dapat disebabkan oleh banyak hal, diantaranya yaitu individu mampu mengelola setiap kapasitas dalam dirinya, entah dalam hal emosi, pikiran maupun perilakunya. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Zapata (2014) yang mengungkapkan bahwa regulasi diri mengacu pada kapasitas atau kemampuan untuk mengendalikan pikiran, emosi dan tindakan kita sendiri (Ghozali 2018).

Dengan demikian, tingkatan regulasi diri pada guru PAUD secara umum berada dalam kategori tinggi. Hal ini sangat dipengaruhi oleh berbagai variabel yang mendukung atau memperlemah regulasi diri itu sendiri, salah satunya adalah kemampuan individu dalam mengendalikan dirinya.

4. Pengaruh Konflik Peran Ganda Dimoderasi Regulasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru PAUD

Hasil dari penelitian yang dilakukan kepada guru PAUD Kecamatan Karangploso menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif yang diketahui nilai Adjusted R square sebesar 0.709, yang artinya pengaruh variabel konflik peran ganda (X) secara simultan terhadap kesejahteraan psikologis (Y) sebesar 70.9%. kemudian setelah ditambah variabel regulasi diri sebagai

moderasi (Z) terdapat peningkatan pada tabel R square dan meningkat jadi 0.803 atau 80.3%. Kesimpulan yang diambil adalah regulasi diri sebagai variabel moderasi memberikan pengaruh terhadap konflik peran ganda kepada dan kesejahteraan psikologis guru PAUD.

Berdasarkan hasil uji f, diketahui nilai signifikansi untuk semua variabel independen, variabel moderasi secara simultan terhadap variabel Y adalah sebesar $0.000 < 0,05$ dan nilai $F_{hitung} 54.054 > F_{tabel} 3.13$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara variabel konflik peran ganda (X) dan regulasi diri (Z) secara simultan terhadap variabel kesejahteraan psikologis (Y). Dari hasil uji t, diperoleh nilai sig. X sebesar $0.000 < 0.05$ dan nilai t_{hitung} sebesar $2.879 > t_{tabel} 1.994$, nilai sig. Z sebesar $0.035 < 0.05$ dan nilai t_{hitung} sebesar $1.996 > t_{tabel} 1.994$ dan nilai sig. X*Z sebesar $0.042 < 0.05$ dan nilai t_{hitung} sebesar $1.998 > t_{tabel} 1.994$ maka dapat diketahui $t_{hitung} > t_{tabel}$, dengan nilai signifikansi dari masing-masing variabel adalah $< 0,05$. Sehingga variabel konflik peran ganda dan variabel regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap variabel kesejahteraan psikologis guru PAUD.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lisdiyanti yang mengemukakan bahwa konflik peran ganda berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seorang wanita yang memilih untuk bekerja menjadi guru sekolah luar biasa (SLB) dimana seorang guru kebanyakan kesulitan menyesuaikan peran keluarga dan peran dalam pekerjaan (Agustina, Rayanti, and Hidayah 2020). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shella (2019) pada peserta didik kelas X yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif antara efikasi diri terhadap penggunaan media sosial dengan regulasi diri sebagai variable mediator sebesar 68.2%, sedangkan 31.8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti (Agustina, Rayanti, and Hidayah 2020).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, maka kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

1. Konflik peran ganda subjek tergolong tinggi dan aspek yang mempunyai tingkatan paling tinggi yaitu *time-based conflict*. Artinya, subjek buruk dalam manajemen waktu, dimana responden tidak mampu menyesuaikan waktu dari perannya dengan baik dan tidak mampu mengatur waktu yang dipakai untuk menjalankan tugasnya, sehingga kondisi tersebut besar kemungkinan menyebabkan terganggunya kesejahteraan psikologis.
2. Pada variabel kesejahteraan psikologis tergolong pada kategori rendah dengan pengembangan pribadi menjadi aspek dengan tingkatan paling tinggi dan paling banyak terpengaruh. Artinya, responden lemah untuk mengembangkan kemampuannya dengan berbagai alasan yang melatarbelakangi yang akhirnya membuat responden tidak termotivasi dan pasrah dengan kondisinya dan berpengaruh pada kesejahteraan psikologis.
3. Regulasi diri tergolong pada kategori tinggi dan aspek *goal setting* menjadi aspek yang berada dalam tingkatan paling tinggi dan menjadi aspek regulasi diri yang paling berperan dalam diri responden sehingga mampu mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Artinya, responden sangat baik dalam mengontrol dirinya, mengelola kemampuan, dan menentukan tujuan yang ingin dicapai, di mana responden sangat yakin dengan niat yang ditetapkan dalam mewujudkan keinginannya dengan cara menyusun rencana matang, mengambil keputusan dengan tepat dan belajar dari kesalahan terdahulu.
4. Regulasi diri sebagai variable moderasi memberikan pengaruh terhadap hubungan konflik peran ganda dan kesejahteraan psikologis guru PAUD. Artinya, regulasi diri dapat menjadi aspek yang mampu meningkatkan hubungan konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis, di mana

semakin baik responden meregulasi dirinya, maka responden akan semakin sejahtera secara psikologis, meskipun responden memiliki banyak peran. Sedangkan variabel lain yang tidak diteliti misalnya, spiritualitas atau religiusitas.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan, analisis data dan juga kesimpulan diatas, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Responden

a. Konflik peran ganda tergolong tinggi berdasarkan waktu (*time based-conflict*) dan berdasarkan perilaku (*behavior based-conflict*), sehingga diharapkan setiap responden dapat belajar lebih giat lagi untuk mengatur setiap kegiatan yang dilakukan dengan cara membuat jadwal yang tersistem, menyeting jam 15 menit lebih awal, bangun lebih pagi, menyesuaikan waktu dengan kemampuan, dan menambah waktu untuk diri sendiri (*me time*).

Sedangkan dari segi perilaku diharapkan responden dapat menempatkan diri pada posisi diri sendiri sesuai takaran. Misal, ketika di sekolah membutuhkan gerakan yang cekatan guru mengetahui hal tersebut dengan mengesampingkan hal lain terlebih dulu. Begitu pula ketika di rumah memerlukan perhatian lebih, maka guru harus fokus pada keluarga dengan meletakkan tugas pekerjaan. Banyak belajar untuk mengelola perilaku juga akan membantu guru menjadi lebih paham tentang hal yang harus dan ingin dilakukan.

b. Terkait dengan kesejahteraan psikologis yang tergolong rendah dan pengembangan pribadi memiliki tingkatan paling tinggi, maka diharapkan responden belajar meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan merespon dengan cara positif, seperti meluangkan waktu sedikit banyak untuk terus belajar dan memperluas pengetahuan, menambah pengalaman melalui kegiatan pelatihan, seminar, membaca, bergaul dengan orang yang memiliki pandangan luas pengembangan diri atau orang-orang yang memiliki kreativitas lebih yang bisa dijadikan opsi kegiatan selain mengajar, beranjak dari zona nyaman dan menciptakan

target yang harus dicapai oleh diri sendiri.

- c. Terkait regulasi diri yang tergolong tinggi dan *goal setting* memperoleh tingkatan paling tinggi, maka diharapkan guru tidak hanya berhenti dan puas pada kondisinya saat ini, melainkan juga tetap berikhtyar untuk membuka peluang terbaik yang berhubungan dengan profesinya untuk bisa naik setingkat lebih tinggi dan meningkatkan kemampuan kontrol diri.

2. Bagi Keluarga (suami, orangtua, atau anak)

- a. Harapan bagi keluarga terhadap konflik peran ganda adalah agar selalu memberikan kelonggaran waktu dengan cara bekerja sama dalam hal pekerjaan rumah, pengasuhan maupun penentuan jadwal kegiatan yang dilakukan bersama keluarga diharapkan tidak berbenturan dengan jadwal pekerjaan.
- b. Keluarga terkait pengembangan diri sebaiknya berusaha memahami dan segala aktivitas yang dilakukan dengan memberikan kesempatan untuk belajar lebih mengembangkan diri dengan saling mendukung secara materi maupun psikis.
- c. Harapan untuk keluarga dalam regulasi diri adalah agar menciptakan komunikasi positif yang mampu mendorong responden memiliki keinginan yang harus diwujudkan, membantunya mengelola rencana tersebut hingga terwujud.

3. Bagi Lembaga

- a. Lembaga diharapkan mampu memberikan porsi waktu, kegiatan dan imbalan sesuai dengan kemampuan guru, lebih mudah untuk diajak berdiskusi terkait kondisi guru, peserta didik, maupun seluruh teknis pendidikan yang diterapkan di lembaga
- b. Mengadakan kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan subjek, menciptakan wadah kreativitas yang mampu menampung keterampilan/peluang guru untuk menambah penghasilan dan mendorong guru untuk terus berkembang.
- c. Memfasilitasi responden untuk memiliki tujuan-tujuan hidup yang bisa diraih melalui program kebijakan lembaga.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Pada penelitian ini hanya meneliti terkait pengaruh konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis guru PAUD dengan regulasi diri sebagai variabel intervening (moderasi). Diharapkan pada penelitian selanjutnya adanya tambahan variabel X serta variabel moderasi lain yang lebih sesuai dengan kondisi kesejahteraan psikologis guru PAUD, sehingga akan didapat khasanah keilmuan yang lebih luas agar harapan para guru PAUD untuk lebih sejahtera mendapatkan dukungan secara ilmiah.
- b. Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan analisis pervariabel dengan membedakan responden berdasarkan status pernikahan, seperti janda/pernah menikah, belum menikah, pernikahan awal, maupun berdasarkan usia anak supaya dapat diketahui tingkatan variabel sesuai karakteristik tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Affrida, Ervin Nurul. 2017. "Makna Konflik Peran Pada Mahasiswa Dengan Peran Ganda." *Wahana* 68 (1): 23–26.
<https://doi.org/10.36456/wahana.v68i1.631>.
- Agustina, Venti, Rosiana Eva Rayanti, and Nur Hidayah. 2020. "Penerapan Perilaku Pencegahan Penyakit Diabetes Mellitus Menggunakan Health Belief Model Di Puskesmas Sidorejo Lor – Salatiga." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i2.6280>.
- Aisyah, Asti, and Rohmatun Chisol. 2018. "Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Gratitude in Relation With Psychological Well Being Among Honorary." *Proyeksi* 13 (2): 109–22.
<http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article/view/3953>.
- Alwisol. 2019. *Psikologi Kepribadian*. Revisi. Malang: ummpress.umm.ac.id.
<https://ummpress.umm.ac.id/katalog/detail/psikologikepribadianedisirevisi.html>.
- Amilia, Fitri. 2019. "Kompetensi Literasi Infomasi Guru Paud Di Era 4 . 0 : Antara Tuntutan Dan Realitas." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks* 5 (2): 124–29.
- Apollo, and Andi Cahyadi. 2012. "Widya Warta." *Widya Warta* 02 (I): 254–71.
- Ardiansyah, Nurkholis. 2017. "Pengaruh Konflik Peran Ganda Terhadap Psychological Well Being Pada Guru Slb Di Malang." *Etheses*, 121.
<http://etheses.uin-malang.ac.id/11127/1/12410084.pdf>.
- Arikunto Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. Revisi. Jakarta: PT Rineka Cipta.
<http://r2kn.litbang.kemkes.go.id:8080/handle/123456789/62880>.
- Baruch, Grace K., and Rosalind Barnett. 1986. "Role Quality, Multiple Role Involvement, and Psychological Well-Being in Midlife Women." *Journal of Personality and Social Psychology* 51 (3): 578–85.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.3.578>.
- Bruening, Jennifer E., and Marlene A. Dixon. 2007. "Work-Family Conflict in Coaching II: Managing Role Conflict." *Journal of Sport Management* 21 (4): 471–96. <https://doi.org/10.1123/jsm.21.4.471>.
- Dewi, Salamiah Sari. 2018. "Hubungan Konflik Peran Ganda Dengan Ketakutan Untuk Sukses Pada Ibu Yang Bekerja Di Pt. Bumi Sari Prima Pematang Siantar." *Psikologi Konseling* 11 (2): 75–87.
<https://doi.org/10.24114/konseling.v10i1.9634>.
- Erlina, M. 2021. "Kesejahteraan Psikologis Pada Istri Nelayan Di Kelurahan Marunda Kecamatan Cilincing Jakarta Utara." *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan ...* 10 (1): 58–71.

<https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/download/754/713>.

- Gentari, Ratu Erlina. 2017. "Analisa Pengaruh Konflik Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Karyawan Di PT. Gemah Ripah Asri." *Seminar Nasional Riset Terapan 2017*, no. November: 259–62.
- Ghaybiyyah, Faatihatul. 2017. "Dinamika Psychological Well-Being (Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer SDN II TIUDAN, Kecamatan Gindang, Kabupaten Tulungagung)," 1–14.
- Ghozali. 2018. "Ghozali. Uji Koefisien Determinasi." *Journal of Management and Business*.
- Ghozali, Imam. 2013. "Aplikasi Analisis Dengan Program SPSS." *Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro*.
- Hamdi, Muchlis, and Lina Miftahul Jannah. 2020. "Metode Penelitian ." *Universitas Terbuka*.
- Harnawidyanto, Ragiell. 2022. "Pengaruh Tingkat Regulasi Diri Terhadap Perilaku Cybercloafing Pada Aparatur Sipil Negara Di Instansi Pemerintahan Kota Makassar." *Repository.Unibos* 33 (1): 1–12.
<https://repository.unibos.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/2946/2022RAGIELHARNAWIDYANTO4518091158.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Indrawati, Triana. 2019. "Pengaruh Resiliensi Dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Di PAUD Rawan Bencana ROB." *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini* 2 (2): 71–82.
<https://doi.org/10.24042/ajipaud.v2i2.5226>.
- Izzati, Umi Anugerah, and Olievia Prabandini Mulyana. 2018. "Perbedaan Kesejahteraan Psikologis Guru Ditinjau Dari Jenis Kelamin" 8454 (Xxxx): 1–6.
- Karina, Ni Ketut Gita, and Yohanes Kartika Herdiyanto. 2019. "Perbedaan Regulasi Diri Ditinjau Dari Urutan Kelahiran Dan Jenis Kelamin Remaja Bali." *Jurnal Psikologi Udayana* 6 (1): 849–58.
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/47152/28331>.
- Lisdiyanti. 2021. "Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Paud Dan Tk Yang Sudah Menikah Dan Memiliki Anak." *Universitas Mercubuana Yogyakarta*, no. psikologi.
<http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/13854>.
- Lukmawati, Lukmawati, Faisal Tanjung, and Jhon Supriyanto. 2018. "Al-Qur'an Itu Menjaga Diri: Peranan Regulasi Diri Penghafal Al-Qur'an." *Psikis: Jurnal Psikologi Islami* 3 (2): 94. <https://doi.org/10.19109/psikis.v3i3.1754>.
- Mulyana, Deddy. 2014. "Metode Penelitian Metode Penelitian." *Metode*

Penelitian Kualitatif.

- Mutiarachmah, Dinda, and Anastasia Sri Masyatmi. 2019. "Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Psychological Well-Being Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Kesejahteraan Sosial Uin Syarif Hidayatullah Jakar." *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga* 12 (2): 41–47.
- Naibaho, Yael Febriany Kurnia, and Dian Ratna Sawitri. 2017. "Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Konflik Peran Pada Mahasiswa Organisasoris Di Fkm Dan Fisip Universitas Diponegoro." *Jurnal Empati* 7 (Nomor 3): 204–11. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Regulasi+Diri+dalam+Belajar+pada+Mahasiswa+yang+Memiliki+Peran+Banyak&btnG=.
- Octaviana, Arinda Purnama. 2019. "Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru PAUD Dan TK Yang Sudah Menikah Dan Memiliki Anak." *Society* 2 (1): 1–19. http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LIMMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&ots=HjrHeuS_.
- Rachmawati, Rizka Ariefia. 2022. "Hardiness Sebagai Moderator Pengaruh Psychological Distress Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Paud." [https://eprints.umm.ac.id/88432/1/Tesis Rizka.pdf](https://eprints.umm.ac.id/88432/1/Tesis%20Rizka.pdf).
- Rahman, Nur Syahida. 2021. "Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Profesionalisme Guru PAUD Di Desa Kedungjati Kecamatan Bukateja Kabupaten Purbalingga."
- Rahmawati, Laili Etika, Eko Purnomo, Dani Anwar Hadi, Murfiah Dewi Wulandari, and Arif Wiyat Purnanto. 2022. "Studi Eksplorasi Bentuk-Bentuk Gejala Disleksia Pada Anak." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6 (5): 4003–13. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2495>.
- Ryff, Carol D., and Corey Lee M. Keyes. 1995. "The Structure of Psychological Well-Being Revisited." *Journal of Personality and Social Psychology* 69 (4): 719–27. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>.
- Sariani. 2018. "Hubungan Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Dengan Konflik Peran Ganda Pada Single Parent." *Repository.Uin-Suka.Ac.Id*. <https://repository.uin-suska.ac.id/14255/>.
- Setiawan, Eko, and Wahyuni Nadar. 2021. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Erlangga.
- Sinha, Sudhinta. 2017. "Multiple Roles of Working Women and Psychological Well-Being." *Industrial Psychiatry Journal* 6 (2): 171–77. <https://www.industrialpsychiatry.org/article.asp?issn=0972-6748;year=2017;volume=26;issue=2;spage=171;epage=177;aulast=Sinha>.

- Stevin, Femmy, and Selvi. 2017. "Peran Ganda Ibu Rumah Tangga Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga Di Desa Allude Kecamatan Kolongan Kabupaten Talaud." *Acta Diurna* VI (2): 1–14.
- Sugiono, P.D. 2014. "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif.Pdf." *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*.
- Sugiyono, P Dr. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D (Cetakan Ke 26)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sujiono, Yuliani nurani. 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. jakarta: PT. indek.
- Sulastrie, and Emmy Alamria Abas. 2012. "Perbedaan Persepsi Terhadap Pengembangan Karir Antara Wanita Menikah Dan Wanita Belum Menikah (Single)." *Predicara 1 (psikologi)*: 1–14.
<https://media.neliti.com/media/publications/160374-ID-none.pdf>.
- Suranto, Suranto, and Rini Sugiarti. 2021. "Efikasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru Pendidikan Anak Usia Dini." *ALTRUISTIK : Jurnal Konseling Dan Psikologi Pendidikan 1 (2)*: 53–60.
- Tanzeh, Ahmad, and Suharsimi Arikunto. 2020. "Metode Penelitian Metode Penelitian." *Metode Penelitian*.
- Ummah, Faizatul, Lilin Turlina, and Dadang Kusbiantoro. 2016. "Optimizing the Role of Early Childhood Teachers to Improve the Quality of Growth and Development of Preschool Children." *Seminar Nasional Pendidikan Sains Dan Teknologi*, 147–54.
- Wahyudi, K. Y., and C. Hadi. 2021. "Hubungan Antara Work-Family Conflict Dengan Stres Kerja. Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi." *Eprints.Umm.Ac.Id*, 33. <https://eprints.umm.ac.id/74711/7/Skripsi.pdf>.
- Yanti, Rapis Rika. 2020. "Hubungan Regulasi Diri Dengan Kesabaran Guru Sekolah Luar Biasa." *Repository.Uir.Ac.Id*, no. Psikologi.
<https://repository.uir.ac.id/13645/>.
- Zimmerman, Bary. j. 2002. "Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview." *Taylor & Francis Online* 41 (2).
https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2.

LAMPIRAN 1. SURAT IZIN PENELITIAN TESIS



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
DINAS PENDIDIKAN
KOORDINATOR WILAYAH KECAMATAN KARANGPLOSO
Alamat : Jl. PB Sudirman 45 Telp. 0341-461602 Karangploso Malang
Email : korwildindikcam.karlos@gmail.com
KARANGPLOSO 65152

Nomor : 800/052/35.07.101.432/2023 Karangploso, 31 Maret 2023
Lampiran : -
Perihal : Pemberitahuan

Kepada
Yth. Sdr :

1. IGTKI
2. HIMPAUDI
3. Raudhotul Athfal

Se-Kecamatan
Karangploso
di
tempat

Dengan hormat.

Menindaklanjuti surat edaran dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Nomor surat 413/FPsi.1/PP.009/3/2023 tanggal 15 Maret 2023 Tentang **"IZIN PENELITIAN TESIS"** yang Berjudul **"PENGARUH KONFLIK PERAN GANDA DIMODERASI REGULASI DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU PAUD KECAMATAN KARANGPLOSO"** atas nama mahasiswa :

SALIMATUL UMMAH
NIM 210401210013

yang akan dilaksanakan pada tanggal 1 April sampai dengan 30 April 2023 di lingkungan Koorwil Dinas Pendidikan Kecamatan Karangploso.
Maka kepada kepala lembaga PAUD di wilayah Kecamatan Karangploso, kami mohon untuk memfasilitasi keperluan yang mendukung pelaksanaan penelitian tersebut.

Demikian pemberitahuan ini kami sampaikan, atas perhatian, dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Koordinator Wilayah Dinas Pendidikan
Kecamatan Karangploso

MOH. MUFTI, S.Ag., M.Pd
NIP. 196401221987031008

LAMPIRAN 2. KUESIONER/ANGKET PENELITIAN

PENGARUH KONFLIK PERAN GANDA DIMODERASI REGULASI DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU PAUD

Assalamualaikum wr wb. Saya Salimatul Ummah, Mahasiswi Program Magister (S2) Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan Tesis saya. Sehubungan dengan hal itu, saya dengan hormat mengharap kesediaan anda meluangkan waktu sejenak untuk mengisi kuesioner penelitian di bawah ini dengan mencentang pada kesesuaian aitem. Seluruh jawaban yang anda berikan bersifat privasi dan akan dijaga kerahasiaannya. Oleh karena itu, dalam mengisi jawaban dimohon untuk membaca dengan seksama sesuai dengan kondisi yang sebenar-benarnya. Atas perhatian dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

Nama :
Usia :
Asal lembaga :
Nomor yang bisa dihubungi :

Petunjuk Pengisian:

1. Silahkan membaca setiap poin pernyataan yang telah tersedia
2. Setelah memahami pernyataan, silahkan memilih poin yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan alternatif jawaban pada
 - a. Skala 1 (kesejahteraan psikologis): sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS)
 - b. Skala 2 (konflik peran ganda): sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS)
 - c. Skala 3 (regulasi diri): sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS)
3. Saat anda sudah merasa yakin dengan seluruh jawaban, maka silahkan langsung disubmit

A. Skala Kesejahteraan Psikologis

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu mengambil keputusan sendiri yang menurut saya benar.				
2	Keputusan yang saya ambil pada umumnya tidak dipengaruhi orang lain.				
3	Saya sering berubah pikiran tentang apa yang jadi keputusan saya jika teman-teman dan keluarga tidak menyetujuinya.				
4	Saya mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain.				
5	Saya merasa tidak mampu mengatur tanggung jawab dan menyesuaikan kebutuhan yang harus saya penuhi.				
6	Saya mampu merencanakan sesuatu dan melakukannya dengan baik.				
7	Saya merasa kesulitan menjalankan tugas sebagai guru PAUD				
8	Saya merasa bahagia dan mampu bertanggung jawab dengan profesi saya sebagai guru PAUD maupun sebagai ibu rumah tangga.				
9	Saya tidak ingin mencoba hal baru untuk pengembangan diri saya.				
10	Saya banyak mengikuti seminar untuk mengembangkan kemampuan dan keahlian saya sebagai seorang guru PAUD				
11	Saya meningkatkan kemampuan saya dengan mencari banyak informasi dan terus memperbaharui pengetahuan saya melalui berbagai media				
12	Saya kesulitan mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan yang lebih baik.				
13	Saya merasa nyaman mengobrol dengan siapa saja termasuk dengan rekan/orang yang baru saya kenal.				
14	Saya senang cerita dengan anggota keluarga dan teman-teman.				
15	Saya tidak mempunyai banyak teman yang mau mendengarkan saat saya curhat, karena saya tidak mudah percaya pada orang lain.				
16	Saya memilih cuek ketika ada teman/tetangga membutuhkan bantuan.				
17	Saya membuat rencana strategis agar tujuan hidup saya tercapai.				
18	Saya tidak punya tujuan hidup dari apa yang saya jalani saat ini.				

19	Tujuan saya adalah menjadi guru PAUD yang kompeten dan saya mewujudkannya dengan mengikuti banyak pelatihan				
20	Melihat kondisi saya saat ini sebagai guru PAUD, saya merasa pesimis tujuan hidup saya tidak akan tercapai.				
21	Secara umum saya merasa percaya diri dan positif terhadap diri saya.				
22	Saya bahagia dengan keadaan hidup sekarang ini walau hanya sebagai guru honorer.				
23	Dalam banyak hal, saya kecewa dengan pencapaian dalam hidup saya.				
24	Saya merasa malu karena pekerjaan saya hanya sebagai guru honorer.				

B. Skala Konflik Peran Ganda

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tidak mempunyai waktu yang cukup untuk menyelesaikan tugas-tugas di rumah				
2	Saya merasa mampu mengajar dengan baik, dan mempunyai cukup waktu dengan keluarga				
3	Waktu mengajar saya terganggu akibat memikirkan tugas di rumah				
4	Saya tidak kesulitan membagi waktu untuk memenuhi tugas mengajar saya				
5	Saya hampir tidak punya waktu untuk berlibur dengan keluarga karena kesibukan pekerjaan dari sekolah				
6	Waktu berkumpul bersama keluarga saya terganggu karena tekanan pekerjaan				
7	Meskipun saya sibuk dengan pekerjaan saya masih bisa menghabiskan waktu bersama keluarga				
8	Saya masih bisa membagi waktu untuk melaksanakan tugas dan tanggung jawab di rumah maupun di sekolah				
9	Beban pekerjaan di sekolah mempengaruhi kondisi saya ketika di rumah				
10	Saya merasa tidak maksimal ketika bekerja, karena lelah dengan pekerjaan di rumah.				
11	Saya tetap mampu menyeimbangkan tanggung jawab pekerjaan dan keluarga dengan baik				
12	Stres dalam memenuhi tugas di rumah mempengaruhi kinerja saya di sekolah				
13	Karena banyaknya tugas di rumah, saya jadi tidak				

	maksimal ketika mengajar				
14	Saya menikmati tanggung jawab saya sebagai seorang guru PAUD				
15	Meskipun saya lelah dengan pekerjaan di rumah saya tetap bisa melaksanakan tugas di sekolah dengan baik				
16	Perilaku saya yang diterima dan dihargai di tempat kerja, saya diterapkan di rumah.				
17	Walaupun merasa tertekan dengan tanggung jawab keluarga, saya tetap bisa fokus pada pekerjaan.				
17	Walaupun merasa tertekan dengan tanggung jawab keluarga, saya tetap memiliki waktu untuk berkonsentrasi pada pekerjaan.				
18	Perilaku saya di sekolah yang menurut saya sesuai, membantu cara saya mendidik dan mengarahkan anak.				
19	Strategi saya untuk menyelesaikan permasalahan antar rekan kerja, kurang efektif diterapkan pada anggota keluarga.				
20	Perilaku di rumah yang menurut saya sesuai, membantu cara saya mendidik dan mengarahkan siswa.				
21	Perilaku saya dalam menyelesaikan permasalahan dengan anggota keluarga, bisa saya diterapkan di sekolah.				

C. Skala Regulasi Diri

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	kesulitan hidup yang saya hadapi membuat saya menjadi lebih kuat				
2	Saya tidak memerlukan waktu lama dalam membuat keputusan yang tepat				
3	Saya memiliki begitu banyak rencana sehingga sulit bagi saya untuk fokus pada salah satu dari rencana itu				
4	Saya merencanakan strategi yang matang dalam mencapai tujuan saya				
5	Saya mencatat kemajuan yang saya alami dalam mencapai tujuan hidup saya				
6	Saya mengalami kesulitan dalam membuat rencana yang dapat membantu untuk mencapai tujuan saya				
7	Ketika menjalankan sesuatu, saya mampu menahan diri dari godaan yang mengalihkan perhatian saya				
8	Saya merasa terbebani ketika memutuskan untuk melakukan perubahan				

9	Dalam membuat rencana atau resolusi hidup, saya mempertimbangkan keadaan saya pada saat itu				
10	Sedikit masalah atau gangguan yang terjadi membuat saya tertekan				
11	Saya kesulitan untuk menetapkan tujuan hidup bagi diri saya sendiri				
12	Saya memiliki tujuan hidup yang harus saya wujudkan				
13	Saya mudah teralihkan dari rencana yang telah saya buat				
14	Saya memiliki tekad yang kuat				
15	Saya belajar dari kesalahan yang saya lakukan				
16	Saya tidak akan mengulangi terjadinya kesalahan yang sudah pernah saya lakukan				
17	Saya sering melakukan kesalahan yang sama				

LAMPIRAN 3. HASIL REVIEW EXPERT JUDGEMENT

A. Kesejahteraan Psikologis

Variabel	Aspek	Indikator	Aitem	Review			Saran
				R	K	T	
Kesejahteraan Psikologis	Penerimaan diri	Mampu menerima diri sendiri dengan baik	Fav: 1. Secara umum saya merasa percaya diri dan puas terhadap diri saya.	V			1
			2. Saya bahagia dengan keadaan hidup saya meski hanya sebagai guru honorer.	V			2
			Unfav: 1. Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian saya sebagai guru honorer	V			3
			2. Saya merasa malu karena pekerjaan saya hanya sebagai guru PAUD.	V			4
	Hubungan positif dengan orang lain	Mampu memiliki hubungan positif dengan orang lain	Fav: 1. Saya merasa nyaman mengobrol dengan siapa saja termasuk dengan rekan kerja saya	V			5
			2. Saya senang berinteraksi dengan anggota keluarga dan teman-teman.	V			6
			Unfav: 1. Saya tidak mempunyai banyak teman yang mau mendengarkan saat saya curhat	V			7
			2. Saya memilih cuek ketika ada teman/tetangga membutuhkan bantuan.	V			8

	Otonomi	Mampu membuat keputusan sendiri	Fav: 1. Saya mampu mengambil keputusan sendiri yang menurut saya benar.	V			9
			2. Keputusan yang saya ambil tanpa dipengaruhi orang lain.	V			10
			Unfav: 1. Saya sering berubah pikiran dengan keputusan saya jika teman-teman dan keluarga tidak menyetujuinya.	V			11
			2. Saya mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain.	V			12
	Penguasaan Lingkungan	Mampu menciptakan dan mengatur lingkungan sesuai dengan kebutuhan	Fav: 1. Saya mampu merencanakan sesuatu dan melakukannya dengan baik.	V			13
			2. Saya merasa bahagia dan mampu bertanggung jawab dengan profesi saya sebagai guru PAUD maupun sebagai ibu rumah tangga.	V			14
			Unfav: 1. Saya merasa tidak mampu mengatur tanggung jawab dan menyesuaikan kebutuhan yang harus saya penuhi.	V			15
			2. Saya merasa kesulitan menjalankan tugas sebagai guru PAUD	V			16
	Tujuan Hidup	Mampu memiliki tujuan hidup yang terarah dan bermakna	Fav: 1. Saya membuat rencana strategis agar tujuan hidup saya tercapai.	V			17
			2. Tujuan saya adalah menjadi guru PAUD yang kompeten dan saya mewujudkannya dengan	V			18

			mengikuti banyak pelatihan				
			Unfav: 1. Saya tidak punya tujuan hidup dari apa yang saya jalani saat ini.	V			19
			2. Melihat kondisi saya saat ini sebagai guru PAUD, saya merasa pesimis tujuan hidup saya tidak akan tercapai.	V			20
	Pengembangan Pribadi	Mampu menjelajahi potensi diri dan mengembangkannya	Fav: 1. Saya banyak mengikuti seminar untuk mengembangkan kemampuan dan keahlian saya sebagai seorang guru PAUD	V			21
			2. Saya meningkatkan kemampuan saya dengan mencari banyak informasi dan terus memperbaharui pengetahuan saya melalui berbagai media	V			22
			Unfav: 1. Saya tidak ingin mencoba hal baru untuk pengembangan diri saya.	V			23
			2. Saya kesulitan mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan yang lebih baik.	V			24

B. Konflik Peran Ganda

Variabel	Aspek	Indikator	Aitem	Review			Saran
				R	K	T	
	<i>Time-Based Conflit</i>	Kurang bisa	Fav:	V			1

		membagi waktu untuk pekerjaan	1. Saya merasa tidak mempunyai waktu yang cukup untuk menyelesaikan tugas-tugas di rumah					
			2. Waktu mengajar saya terganggu akibat memikirkan tugas di rumah	V			2	
			Unfav: 1. Saya merasa mampu mengajar dengan baik, dan mempunyai cukup waktu dengan keluarga	V			3	
			2. Saya tidak kesulitan membagi waktu untuk memenuhi tugas mengajar saya	V			4	
		Menggangu hubungan dengan anggota keluarga	Fav: 1. Saya hampir tidak punya waktu untuk berlibur dengan keluarga karena kesibukan pekerjaan dari sekolah	V			5	
			2. Waktu berkumpul bersama keluarga saya terganggu karena tekanan pekerjaan	V			6	
			Unfav: 1. Meskipun saya sibuk dengan pekerjaan saya masih bisa menghabiskan waktu bersama keluarga	V			7	
			2. Saya masih bisa membagi waktu untuk melaksanakan tugas dan tanggung jawab di rumah maupun di sekolah	V			8	
		<i>Strain-Based Conflict</i>	Tekanan pekerjaan mengganggu peran di rumah	Fav: 1. Beban pekerjaan di sekolah mempengaruhi kondisi saya ketika di rumah	V			9
				2. Saya merasa tidak maksimal ketika bekerja, karena lelah dengan pekerjaan di rumah.	V			10

			Unfav: 1. Saya tetap mampu menyeimbangkan tanggung jawab pekerjaan dan keluarga dengan baik	V			11
			2. Meskipun saya lelah dengan pekerjaan di rumah saya tetap bisa melaksanakan tugas di sekolah dengan baik	V			12
		Kurang bertanggung jawab pada pekerjaan	Fav: 1. Stres dalam memenuhi tugas di rumah mempengaruhi kinerja saya di sekolah	V			13
			2. Karena banyaknya tugas di rumah, saya jadi tidak maksimal ketika mengajar	V			14
			Unfav: 1. Saya menikmati tanggung jawab saya sebagai seorang guru PAUD	V			15
	<i>Behavior-Based Conflict</i>	Ketidaksesuaian perilaku pada pekerjaan untuk diterapkan pada keluarga	Unfav: 1. Perilaku saya di sekolah yang menurut saya sesuai, membantu cara saya mendidik dan mengarahkan anak.	V			16
			2. Perilaku saya yang diterima dan dihargai di tempat kerja, saya diterapkan di rumah.	V			17
			3. Walaupun merasa tertekan dengan tanggung jawab keluarga, saya tetap bisa fokus pada pekerjaan.	V			18
		Ketidaksesuaian cara pemecahan masalah pada pekerjaan untuk	Fav: 1. Strategi saya untuk menyelesaikan permasalahan antar rekan kerja, kurang efektif diterapkan pada anggota keluarga.	V			19

		diterapkan di rumah	Unfav: 1. Perilaku saya dalam menyelesaikan permasalahan dengan anggota keluarga, bisa saya diterapkan di sekolah.	V			20
			2. Perilaku di rumah yang menurut saya sesuai, membantu cara saya mendidik dan mengarahkan siswa.	V			21

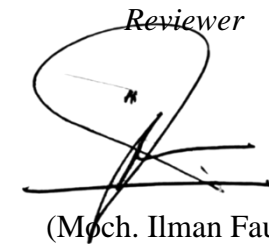
C. Regulasi Diri

Variabel	Aspek	Indikator	Aitem	Review			Saran
				R	K	T	
Regulasi Diri	Goal Setting	Mampu menetapkan tujuan hidup	Fav: 1. Saya memiliki tujuan hidup yang harus saya wujudkan	V			1
			Unfav: 1. Saya mengalami kesulitan dalam membuat rencana yang dapat membantu untuk mencapai tujuan saya	V			2
			2. Saya kesulitan untuk menetapkan tujuan hidup bagi diri saya sendiri	V			3
		Mampu menetapkan strategi untuk mencapai tujuan hidup	Fav: 1. Saya mencatat kemajuan yang saya alami dalam mencapai tujuan hidup saya	V			4
			2. Saya merencanakan strategi yang matang dalam mencapai tujuan saya	V			5

		Menyesuaikan tujuan dengan keadaan yang dialami	Fav: 1. Dalam membuat rencana atau resolusi hidup, saya mempertimbangkan keadaan saya pada saat itu	V			6
<i>Preseverences</i>	Fokus dalam setiap kegiatan yang dilakukan		Fav: 1. Ketika menjalankan sesuatu, saya mampu menahan diri dari godaan yang mengalihkan perhatian saya	V			7
			2. Saya memiliki tekad yang kuat	V			8
			Unfav: 1. Saya mudah teralihkan dari rencana yang telah saya buat	V			9
			2. Saya memiliki begitu banyak rencana sehingga sulit bagi saya untuk fokus pada salah satu dari rencana itu	V			10
	Hambatan yang terjadi dalam hidup sebagai tantangan		Fav: 1. kesulitan hidup yang saya hadapi membuat saya menjadi lebih kuat	V			11
			Unfav: 1. Sedikit masalah atau gangguan yang terjadi membuat saya tertekan	V			12
<i>Decision Making</i>	Mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi		Unfav: 1. Saya merasa terbebani ketika memutuskan untuk melakukan perubahan	V			13
	Dapat membuat keputusan dengan cepat dan matang		Fav: 1. Saya tidak memerlukan waktu lama dalam membuat keputusan yang tepat	V			14
<i>Learning</i>	Dapat menjadikan		Fav:	V			15

	<i>from Mistakes</i>	kesalahan sebagai media pembelajaran	1. Saya belajar dari kesalahan yang saya lakukan				
			2. Saya tidak akan mengulangi terjadinya kesalahan yang sudah pernah saya lakukan	V			16
			Unfav: 1. Saya sering melakukan kesalahan yang sama	V			17

Tertanda, 24 Maret 2023

Reviewer


(Moch. Ilman Fauzi)

LAMPIRAN 4. HASIL DATA OUTPUT SPSS

Notes

Output Created		12-JUN-2023 12:10:10
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	70
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax		REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT y /METHOD=ENTER x z /SCATTERPLOT=(*SRESID ,*ZPRED) /SAVE RESID.
Resources	Processor Time	00:00:00,88

	Elapsed Time	00:00:01,03
	Memory Required	3072 bytes
	Additional Memory Required for Residual Plots	0 bytes
Variables Created or Modified	RES_2	Unstandardized Residual

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	regulasi diri, konflik peran ganda ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: kesejahteraan psikologis

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.843 ^a	.710	.701	3.678

a. Predictors: (Constant), regulasi diri, konflik peran ganda

b. Dependent Variable: kesejahteraan psikologis

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
-------	----------------	----	-------------	---	------

1	Regression	2218.627	2	1109.313	81.989	.000 ^b
	Residual	906.516	67	13.530		
	Total	3125.143	69			

a. Dependent Variable: kesejahteraan psikologis

b. Predictors: (Constant), regulasi diri, konflik peran ganda

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients		
				Beta		
1	(Constant)	9.975	3.620		2.755	.008
	konflik peran ganda	.595	.066	.882	9.068	.000
	regulasi diri	-.052	.093	-.054	-.560	.577

a. Dependent Variable: kesejahteraan psikologis

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	32.79	56.95	45.57	5.670	70
Std. Predicted Value	-2.254	2.006	.000	1.000	70
Standard Error of Predicted Value	.444	1.281	.734	.203	70
Adjusted Predicted Value	33.18	56.53	45.57	5.654	70
Residual	-8.197	8.494	.000	3.625	70

Std. Residual	-2.229	2.309	.000	.985	70
Stud. Residual	-2.256	2.365	.000	1.006	70
Deleted Residual	-8.499	8.908	.003	3.780	70
Stud. Deleted Residual	-2.330	2.452	-.001	1.020	70
Mahal. Distance	.018	7.383	1.971	1.665	70
Cook's Distance	.000	.102	.014	.022	70
Centered Leverage Value	.000	.107	.029	.024	70

a. Dependent Variable: kesejahteraan psikologis

