

**GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU BK SMK
NEGERI 7 SURAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Mencapai
Gelar Sarjana Psikologi**



Disusun oleh:

NOVA PUTRI DEWI

2022031037

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA DAN SENI
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

2026

**SURAT PERNYATAAN
ORISINALITAS KARYA ILMIAH**

Saya Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora dan Seni Universitas Sahid Surakarta yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nova Putri Dewi

NIM : 2022031037

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU BK SMK NEGERI 7 SURAKARTA” adalah benar-benar karya yang telah saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan atau karya orang lain seolah-olah hasil dari pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas, termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari saya terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup menanggung konsekuensinya.

Surakarta, 5 Maret 2026



Nova Putri Dewi
2022031037

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nova Putri Dewi

NIM : 2022031037

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Sosial Humaniora dan Seni

Jenis Karya : Skripsi/Laporan Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Royalti Non-Eksklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right) atas Laporan Penelitian Saya yang berjudul “*GAMBARAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA GURU BK SMK NEGERI 7 SURAKARTA*”.

Beserta instrument/desain/perangkat (jika ada). Berhak menyimpang, menglihkan bentuk, mengalih media, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (autor) dan pembimbing sebagai coauthor atau pencipta dan juga sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 5 Maret 2026



Nova Putri Dewi
2022031037

HALAMAN PERSETUJUAN

**GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU BK SMK
NEGERI 7 SURAKARTA**

Disusun oleh :

NOVA PUTRI DEWI

NIM. 2022031037

Skripsi ini telah memenuhi syarat dan disetujui
untuk diujikan oleh dewan penguji Skripsi
Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta
pada tanggal 15 Januari 2026

Pembimbing I



Sri Ernawati, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0627087602

Pembimbing II



Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si.

NIDN. 0602058801

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi



Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M.A.

NIDN. 0607018803

HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU BK SMK
NEGERI 7 SURAKARTA**

Disusun oleh:

NOVA PUTRI DEWI

NIM. 2022031037

Skripsi ini memenuhi syarat dan di setujui
untuk diajukan oleh dewan penguji Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas
Sosial Humaniora dan Seni Universitas Sahid Surakarta
Pada Tanggal *23 Januari 2026*

Dosen Penguji,

- | | | |
|----------------|-------------------------------------|----------------------|
| 1. Penguji I | : Sri Ernawati, M.Psi., Psikolog | (<i>Sernawati</i>) |
| NIDN | : 06270877602 | |
| 2. Penguji II | : Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si | (<i>Faqih</i>) |
| NIDN | : 0602058801 | |
| 3. Penguji III | : Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M.A | (<i>Dhian</i>) |
| NIDN | : 0607018803 | |

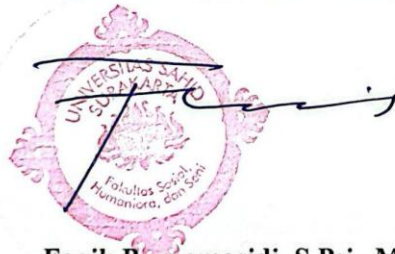
Mengetahui,

Dekan

Fakultas Sosial, Humaniora dan Seni

Ketua Program Studi

Psikologi



Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si.

NIDN. 0602058801

Dhian Riskiana, S.Psi., M.A.

NIDN. 0607018803

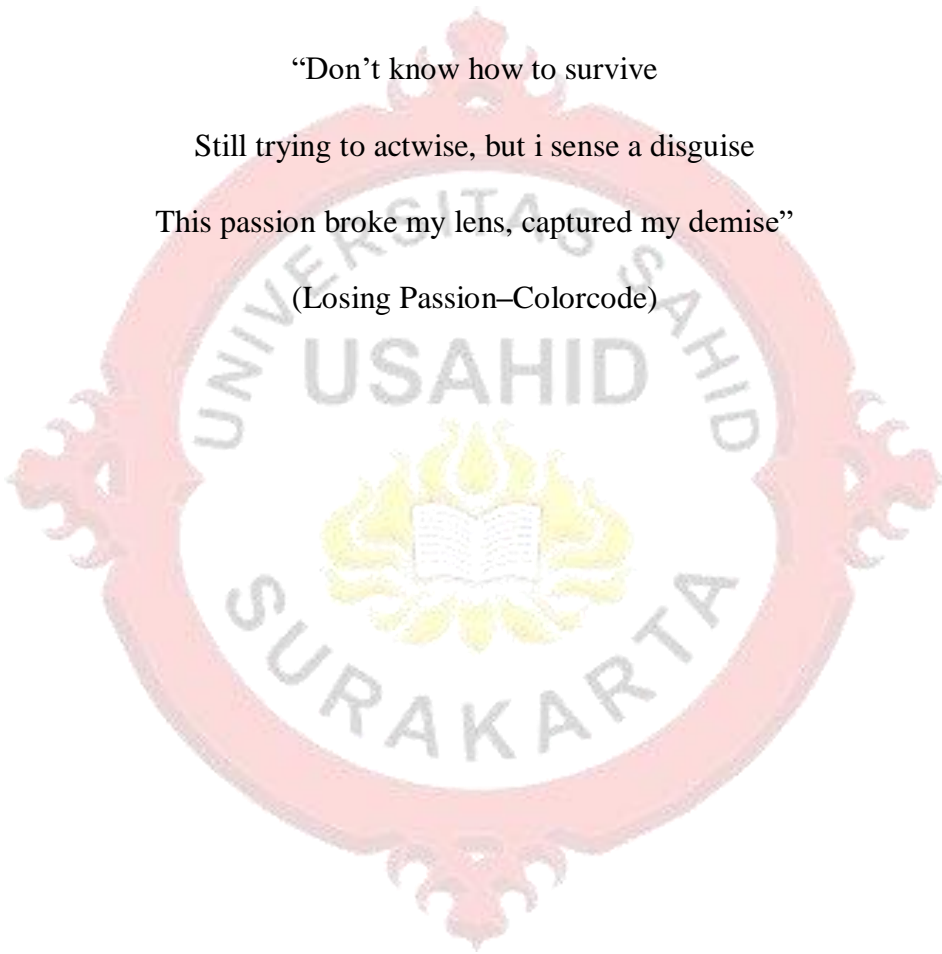
HALAMAN MOTTO

“Tidak apa-apa berjalan pelan yang penting tetap melangkah, sekecil apapun proses adalah bukti bahwa aku masih berjuang dan tidak menyerah”

(Penulis)

“Don’t know how to survive
Still trying to actwise, but i sense a disguise
This passion broke my lens, captured my demise”

(Losing Passion–Colorcode)



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada Orang tua tercinta Bapak dan Ibu, yang menjadi alasan utama penulis untuk terus melangkah, serta keluarga besarku dan seluruh orang terdekat, sahabat dan rekan seperjuangan.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT Yang Maha Pengasih dan Penyayang, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul: “GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU BK SMK NEGERI 7 SURAKRTA” menggunakan metode kualitatif untuk salah satu syarat menyelesaikan studi dalam rangka memperoleh gelar sarjana Psikologi Fakultas Humaniora dan Seni Universitas Sahid Surakarta.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang mendalam kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr. Sri Huning Anwaminsih, S.T., M.Kom. selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta.
2. Ibu Destiana Paningrum, S.E., M.M. selaku Wakil Rektor bidang Sumber Daya Keuangan dan Pengembangan Universitas Sahid Surakarta.
3. Ibu Dr. Erwin Kartinawati, S.Sos., M.I.Kom. selaku Wakil Rektor bidang Akademik, Kemahasiswaan, Alumni, kerjasama Universitas Sahid Surakarta.
4. Bapak Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Psi. selaku Dekan Fakultas Sosial Humaniora Dan Seni Universitas Sahid Surakarta serta Selaku Dosen Pembimbing II.
5. Ibu Dhian Riakiana Putri, S.Psi., M.A. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta.
6. Ibu Sri Ernawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku Dosen Pembimbing I, terimakasih atas kesabaran, sarannya dalam membimbing penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta yang telah memberi arahan, bimbingan, dan masukan dalam pemuatan proposal skripsi.

8. Guru BK SMK Negeri 7 Surakarta, yang telah memberikan kesempatan dan kerja sama dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Kedua orang tua saya yang telah memberikan doa, semangat serta dukungan yang tiada henti untuk penulis.
10. Sahabat saya yang telah menemani dan selalu memberi dukungan tak terhingga selama proses penyusunan skripsi ini.

Bagi seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu, penulis mengucapkan rasa terimakasih banyak atas segala do'a dan dukungannya serta mohon maaf yang sebesar-besarnya. Semoga segala kebaikan, bantuan dan amal baik dari berbagai pihak diatas mendapatkan balasan yang setimpal, dan penulis senantiasa berharap semoga skripsi yang di buat ini dapat bermanfaat untuk berbagai pihak.

Surakarta, 5 Maret 2026

Penulis



Nova Putri Dewi

ABSTRAK

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki tuntutan profesional dan emosional yang tinggi dalam mendampingi perkembangan peserta didik, sehingga membutuhkan kesejahteraan psikologis yang baik agar mampu menjalankan peran secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan *psychological well-being* guru BK di SMK Negeri 7 Surakarta berdasarkan enam aspek menurut Carol D. Ryff (1989), yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek enam guru BK aktif yang dipilih secara purposive. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi non-partisipan, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum guru BK memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang baik pada seluruh aspek, dengan aspek yang paling menonjol adalah tujuan hidup yang tercermin dari pemaknaan profesi sebagai bentuk pengabdian dan komitmen membantu siswa, sedangkan aspek yang relatif lebih lemah adalah hubungan positif dengan orang lain meskipun tetap terjalin secara profesional. Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis guru BK berperan penting dalam mendukung kualitas layanan bimbingan dan konseling.

Kata kunci: guru BK, kesejahteraan psikologis, layanan konseling.

ABSTRACT

Guidance and Counseling (BK) teachers face high professional and emotional demands in assisting students' development, thus requiring good psychological well-being to carry out their role optimally. This study aims to describe the psychological well-being of BK teachers at State Vocational High School (SMK Negeri) 7 Surakarta, as defined by Carol D. Ryff (1989) in six aspects, namely self-acceptance, positive relationships with others, independence, environmental mastery, life goals, and personal growth. This study used a descriptive qualitative approach with six active BK teachers selected purposively. Data were collected through in-depth interviews, non-participant observation, and documentation. Data was analyzed using the Miles and Huberman interactive model. The results show that BK teachers generally have a good level of psychological well-being across all aspects. The most prominent aspect is life goals, and is reflected in the profession's meaning as a form of devotion and commitment to helping students. Meanwhile, a relatively weaker aspect is positive relationships with others while maintaining professional relationships. Therefore, the psychological well-being of BK teachers has a crucial role in supporting the quality of guidance and counseling services.

Keywords: BK Teacher, Psychological Well-Being, Counseling Services



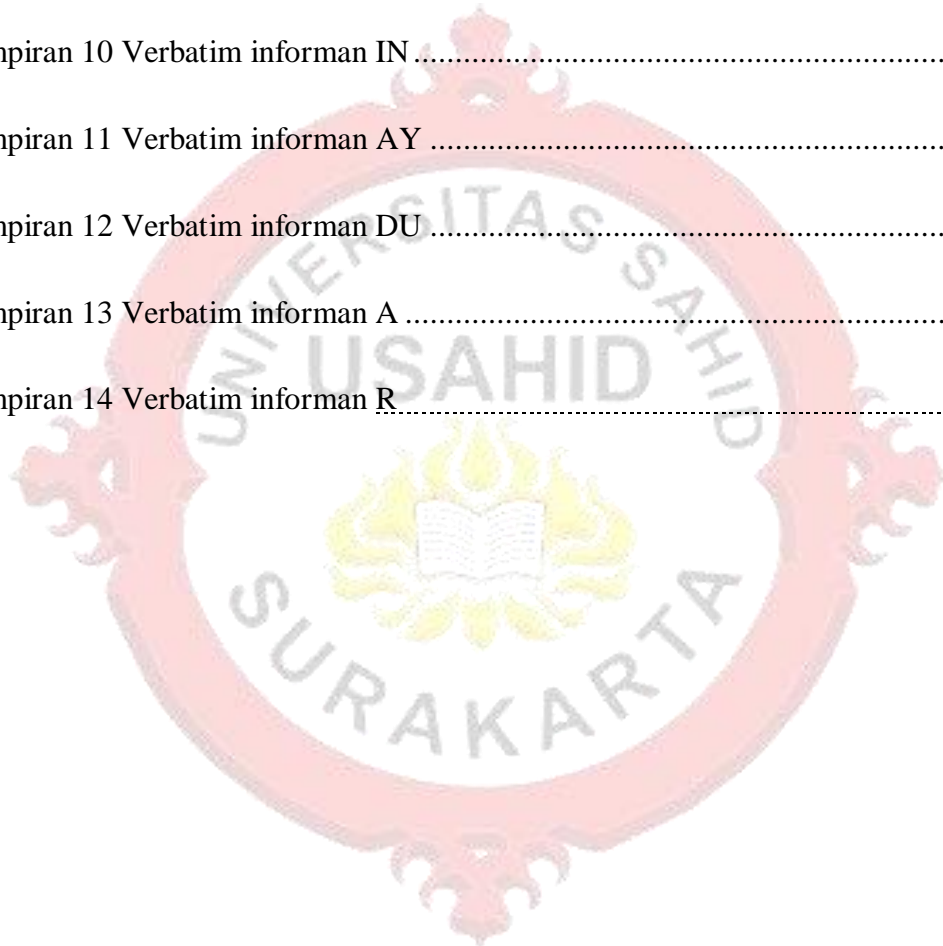
DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Tujuan Penelitian	3
1.3 Manfaat Penelitian	3
1.3.1 Manfaat Teoritis.....	3
1.3.2 Manfaat Praktis	4

1.4 Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Psychological Well-Being	7
2.1.1 Pengertian Psychological Well-Being.....	7
2.1.2 Aspek-Aspek Psychological Well-Being	8
2.1.3 Faktor-Faktor Psychological Well-Being.....	11
2.2 Guru BK	14
1.2.1 Pengertian Guru	14
1.2.2 Peran dan Fungsi Guru Bimbingan dan Konseling.....	14
2.3 Kerangka Berpikir.....	18
2.4 Pertanyaan Penelitian	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
3.1 Jenis Penelitian	20
3.2 Fokus Penelitian.....	20
3.3 Informan Penelitian.....	21
3.4 Lokasi Penelitian.....	21
3.5 Teknik Pengumpulan Data	21
3.5.1 Wawancara mendalam	22
3.5.2 Observasi non partisipan	25
3.5.3 Dokumentasi	27

3.6 Validitas.....	27
3.7 Teknik Analisis Data.....	27
3.7.1 Reduksi data.....	28
3.7.2 Penyajian data	28
3.7.3 Penarikan kesimpulan dan verifikasi.....	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	29
4.2 Deskripsi Informan	29
4.3 Hasil Penelitian.....	30
4.3.1 Hasil observasi.....	30
4.3.2 Hasil wawancara	31
4.4 Pembahasan	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	36
5.1 Kesimpulan.....	36
5.2 Saran	37
DAFTAR PUSTAKA.....	39
LAMPIRAN	42
Lampiran 1 Form Bimbingan Pembimbing I	42
Lampiran 2 Form Bimbingan Pembimbing II	43
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	44

Lampiran 4 Surat keterangan Sudah Melaksanakan Penelitian	45
Lampiran 5 Artikel Publikasi	46
Lampiran 6 Hasil Turnitin.....	53
Lampiran 7 Inform Consent	57
Lampiran 8 Dokumentasi	58
Lampiran 9 Verbatim informan NH	59
Lampiran 10 Verbatim informan IN	63
Lampiran 11 Verbatim informan AY	67
Lampiran 12 Verbatim informan DU	73
Lampiran 13 Verbatim informan A	78
Lampiran 14 Verbatim informan R	82



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	5
Tabel 3. 1 Guide Wawancara	22
Tabel 3. 2 Guide Observasi Non-Partisipan.....	26



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	18
-------------------------------------	----

