

Studi Deskriptif Psychological Well-Being pada Guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung

A Descriptive Study of Psychological Well-Being on Theacers at Al-Ghifari Senior High School Plus Bandung

¹Faisal Satria Nur Rachman, ²Lelywati Idham Suryana

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung. Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

Email: ¹darkisal154@gmail.com, -

Abstract. Honorary teacher is a status that given for a teacher who has not been appointed as Civil Servants (PNS). Although there is no difference in the responsibilities, duties and authorities regardless the status, but both of them had difference payroll system. Honorary teacher will be paid in accordance with the teaching hours they did. Honorary teacher in Al-Ghifari Plus Bandung only get paid for 1-2 million rupiah per month. The employer has been late in paying their salaries for couple of months, so they must find a way to cover their basic needs. However, this situation has been addressed differently by each individual. There are teachers who react by trying to develop their potential to get out of these problems, there are also teachers that response by negatively and had a faith that they does not have the ability to get out of the predicament. The purpose of this study was to obtain empirical data on the state of psychological well-being on a high school teacher in Al-Ghifari Plus Bandung. This study is based on the concept of the theory of psychological well-being expressed by C.D. Ryff (1989). The method used in this research is descriptive method with the study of a population of 24 people. Measurement instrument was a questionnaire psychological well-being are the result of adaptation psychological well-being scales of C.D. Ryff. Retrieved valid items 36 items of 42 items are made. Data obtained in the form ordinal data. The results showed as much as 79.17% have a state of psychological well-being high, while 20.83% have a state of psychological well-being that low.

Keywords: psychological, well-being, teacher, salary

Abstrak. Guru honorer merupakan status seorang guru yang belum diangkat sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS). Meskipun dalam tanggung jawab, tugas dan wewenang tidak memiliki perbedaan dengan guru PNS, namun kedua status tersebut berbeda dalam sistem penggajian. Guru honorer, akan digaji sesuai dengan jam mengajar yang mereka lakukan. Itulah yang dialami guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung, dimana mereka hanya mendapatkan gaji 1 – 2 juta Rupiah sebulan. Gaji mereka pun terkadang terlambat dibayarkan sehingga mereka harus mencari cara untuk menutupi kebutuhannya. Namun keadaan ini disikapi berbeda-beda oleh tiap guru. Ada yang menyikapinya dengan berusaha mengembangkan potensinya untuk keluar dari masalah tersebut, ada pula yang menanggapi dengan merasa tidak memiliki kemampuan untuk keluar dari keadaan tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empirik mengenai keadaan *psychological well-being* pada guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung. Penelitian ini berdasarkan konsep teori *psychological well-being* yang dikemukakan oleh C.D. Ryff (1989). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan studi populasi sebanyak 24 orang. Instrumen pengukuran berupa kuesioner *psychological well-being* yang merupakan hasil adaptasi *psychological well-being scales* dari C.D. Ryff. Diperoleh item valid sebanyak 36 item dari 42 item yang dibuat. Data yang diperoleh berupa data ordinal. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 79,17% memiliki keadaan *psychological well-being* tinggi, sementara 20,83% memiliki keadaan *psychological well-being* yang rendah.

Kata kunci: psychological well-being, guru, gaji

A. Pendahuluan

Dalam perjalanan hidup manusia, terdapat beberapa tahap perkembangan yang akan dilewati oleh manusia, baik dari masa bayi, masa anak-anak hingga masa dewasa dan lanjut usia. Semua tahap perkembangan hidup manusia tersebut memiliki tugas dan perannya masing-masing. Sebagai contoh pada masa dewasa, individu dituntut untuk mulai mencari dan memiliki pasangan, belajar hidup bersama pasangan, mulai membina keluarga, mengasuh anak, memegang tanggung jawab yang lebih besar di dalam lingkungan sosial, serta mencari pekerjaan (Hurlock, 1980).

Dari sekian banyak pekerjaan, guru masih merupakan pekerjaan yang diminati oleh para pencari kerja. Banyak alasan mengapa profesi guru tetap diminati hingga saat ini. Dari penelitian yang dilakukan di Inggris oleh *Higher Education Statistics Agency* pada tahun 2011 menunjukkan bahwa 94.8% lulusan dari Fakultas Pendidikan langsung mendapatkan pekerjaan setelah lulus. Hal ini menunjukkan bahwa kebutuhan akan tenaga pendidik sangat besar.

Profesi guru memiliki 2 status yang membuat pemberian honor terhadap ke dua status ini menjadi berbeda. Yang pertama guru Pegawai Negeri Sipil (PNS) yang gajinya diatur oleh Undang-Undang dan guru honorer yang honorinya berdasarkan pada banyaknya jam mengajar yang dilakukan.

Di SMA Plus Al-Ghifari Bandung merupakan sekolah yang berada di bawah naungan Yayasan Al-Ghifari dimana yayasan ini memiliki 6 tingkatan pendidikan di bawahnya yaitu TK, SD, SMP, SMA dan 2 Perguruan tinggi. Terdapat 25 tenaga pengajar dimana terdapat 24 diantaranya yang masih berstatus sebagai guru honorer. Gaji yang mereka terima tiap bulannya hanya berkisar 1 – 2 juta Rupiah yang mana angka tersebut masih di bawah UMK kota Bandung yaitu Rp 2.650.000. Keadaan ini tentu menjadi permasalahan bagi mereka, terutama bagi para guru yang telah berkeluarga dimana mereka harus memikirkan cara untuk memenuhi kebutuhannya. Selain gaji yang kecil, gaji mereka pun terlambat dibayarkan, apalagi jika terdapat lembaga pendidikan lain yang membutuhkan dana subsidi untuk pembangunan infrastrukturnya.

Dari keadaan yang telah dijelaskan di atas, terdapat beberapa perilaku yang muncul dalam menanggapi keadaan tersebut. Dari hasil wawancara, terdapat guru yang masih tetap rajin mengajar dan menampilkan kinerja yang baik. Ada pula guru yang berusaha mencari jalan keluar untuk tetap mampu memenuhi kebutuhan hidupnya dengan berdagang, membuka les privat atau mengajar di sekolah lain. Selain itu, di tengah keadaan yang kurang mendukung, masih terdapat guru yang mampu menerima keadaannya saat ini dan menganggap bahwa apa yang dia alami jauh lebih baik dari orang lain. Para guru di sekolah ini pun mampu memberikan masukan bagi rekannya yang lain yang sedang mengalami kesulitan ekonomi. Ada pula guru yang menjadi malas mengajar karena gaji yang ia terima kecil dan merasa kurang diperhatikan oleh pihak yayasan. Hal ini pun berdampak pada hubungannya dengan rekan kerjanya menjadi kurang baik.

Psychological well-being menjadi menarik untuk diteliti pada guru-guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung karena adanya keadaan pada guru-guru di sekolah ini untuk menerima keadaannya dan mereka mampu menjadikan pengalaman hidupnya yang sebagai pembelajaran bagi dirinya untuk menjadi individu yang lebih positif dalam menjalani kehidupan dan adanya perasaan positif berkaitan dengan hal tersebut. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai studi deskriptif mengenai *psychological well-being* pada guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung.

B. Landasan Teori

Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai hasil evaluasi atau penilaian seseorang terhadap dirinya yang merupakan evaluasi atas pengalaman-pengalaman hidupnya. Evaluasi terhadap pengalaman dapat menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat kesejahteraan psikologisnya menjadi rendah atau berusaha untuk memperbaiki keadaan hidupnya agar sejahtera psikologisnya meningkat. Selanjutnya, Ryff (dalam Allan Car, 2008) menjelaskan *psychological well-being* sebagai suatu dorongan untuk menggali potensi diri individu secara keseluruhan. Dorongan tersebut dapat menyebabkan seseorang menjadi pasrah

terhadap keadaan yang membuat *psychological well-being* individu menjadi rendah atau berusaha untuk memperbaiki keadaan hidup yang akan membuat *psychological well-being* individu tersebut menjadi tinggi (Ryff & Keyes, 1995). Individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi adalah individu yang merasa puas dengan hidupnya, kondisi emosional yang positif, mampu melalui pengalaman-pengalaman buruk yang dapat menghasilkan kondisi emosional negatif, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menentukan nasibnya sendiri tanpa bergantung dengan orang lain, mengontrol kondisi lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan mampu mengembangkan dirinya sendiri (Ryff, 1989). Terdapat 6 dimensi untuk melihat keadaan *psychological well-being*, yaitu Penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose of life*) dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut

Tabel 1. Hasil Perhitungan Keadaaw *Psychological Well-Being*

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	127 – 216	19	79.17%
Rendah	36 – 126	5	20.83%
Total		24	100%

Dari tabel di atas, didapatkan hasil sebanyak 78,17% (19 orang) guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung memiliki keadaan *psychological well-being* yang tinggi dan sebanyak 20,83% (5 orang) guru memiliki keadaan *psychological well-being* yang rendah.

Peneliti juga melakukan perhitungan sesuai dengan aspek-aspek *psychological well-being* pada guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung dengan hasil seperti pada tabel di bawah ini

Tabel 2. Perhitungan Aspek Autonomi

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	127 – 216	16	75%
Rendah	36 – 126	8	25%
Total		24	100%

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil sebesar 75% (16 orang) guru memiliki kemampuan *autonomi* yang tinggi dan 25% (8 orang) guru tergolong memiliki kemampuan yang rendah dalam aspek ini.

Tabel 3. Perhitungan Aspek *Environmenral Mastery*

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	22 - 36	19	79.17%
Rendah	6 -21	5	20.83%
Total		24	100%

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil sebesar 79,17% (19 orang) guru memiliki kemampuan yang tinggi dalam aspek ini dan 20,83% (5 orang) guru tergolong memiliki kemampuan yang rendah dalam aspek ini.

Tabel 4. Perhitungan Aspek *Personal Growth*

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	26 - 42	19	79.17%
Rendah	7 – 25	5	20.83%
Total		24	100%

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, diperoleh hasil sebesar 79,17% (19 orang) guru memiliki kemampuan yang tinggi dalam aspek ini dan sebesar 20,83% (5 orang) guru tergolong memiliki kemampuan yang rendah dalam aspek ini.

Tabel 5. Perhitungan Aspek *Positive Relations*

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	15 – 24	19	79.17%
Rendah	4 - 14	5	20.83%
Total		24	100%

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, diperoleh hasil sebesar 79,17% (19 orang) guru memiliki kemampuan yang tinggi dalam aspek ini dan sebesar 20,83% (5 orang) guru tergolong memiliki kemampuan yang rendah dalam aspek ini.

Tabel 6. Perhitungan Aspek *Purpose in life*

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	26 - 42	17	75%
Rendah	7 - 25	7	25%
Total		24	100%

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, diperoleh hasil sebesar 757% (17 orang)

guru memiliki kemampuan yang tinggi dalam aspek ini dan sebesar 25% (7 orang) guru tergolong memiliki kemampuan yang rendah dalam aspek ini.

Tabel 7. Perhitungan Aspek *Self Acceptance*

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	22 – 36	19	79.17%
Rendah	6 - 21	5	20.83%
	Total	24	100%

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, diperoleh hasil sebesar 79,17% (19 orang) guru memiliki kemampuan yang tinggi dalam aspek ini dan sebesar 20,83% (5 orang) guru tergolong memiliki kemampuan yang rendah dalam aspek ini.

Berdasarkan hasil pengolahan data yang didapat oleh peneliti, dapat terlihat bahwa para guru di SMA plus Al-Ghifari Bandung memiliki keadaan *psychological well-being* yang tinggi, yaitu sebesar 79.17% atau 19 orang. Hal ini menunjukkan adanya kemampuan para guru di SMA Plus Al-Ghifari pada umumnya mampu menggunakan potensi yang dimilikinya dalam menghadapi kesulitan ekonomi yang mereka alami karena gaji yang kecil, mampu menyesuaikan diri dengan kondisinya saat ini dan bersikap positif terhadap keadaan dirinya dengan tetap menganggap bahwa keadaannya sekarang ini jauh lebih baik dibandingkan orang lain yang tidak seberuntung dirinya,

Hal lain yang menunjukkan keadaan *psychological well-being* pada guru di SMA Plus Al-Ghifari adalah para guru mampu menjalin relasi yang positif dengan sesama guru dengan cara tetap peduli dengan keadaan rekan sesama guru, saling memberikan masukan dan saran berkaitan dengan masalah yang mereka hadapi, merasa bahwa adanya perkembangan yang terjadi dalam dirinya dari waktu ke waktu, mampu mengatur dan menyelesaikan tanggung jawabnya sebagai guru, merasa nyaman dengan lingkungan sekitarnya,

Sementara itu pada subjek yang tergolong dalam kategori rendah, yaitu subjek 1, 13, 14, 16 dan 19, mereka belum mampu untuk menerima keadaannya yang serba kekurangan karena gaji yang kecil dan terkadang terlambat dibayarkan, belum mampu untuk mencari peluang dan pemecahan masalah dari keadaan yang sedang mereka alami, merasa diri kurang dihargai oleh pihak sekolah sehingga relasi yang terjalin menjadi kurang baik, merasa bahwa keadaannya sekarang ini jauh lebih buruk dari keadaan rekan – rekan guru yang lain atau orang lain disekitarnya, serta kurang mampu menyelesaikan dan mengelola tanggung jawabnya sebagai seorang guru untuk mengajar.

Individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi adalah individu yang merasa puas dengan hidupnya, kondisi emosional yang positif, mampu melalui pengalaman-pengalaman buruk yang dapat menghasilkan kondisi emosional negatif, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menentukan nasibnya sendiri tanpa bergantung dengan orang lain, mengontrol kondisi lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan mampu mengembangkan dirinya sendiri (Ryff, 1989).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, skor yang didapatkan dari hasil pengukuran pada tiap aspek pada guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung menunjukkan

terdapat guru yang mendapatkan skor tinggi dan terdapat pula guru yang mendapatkan skor rendah. Berikut adalah pembahasan dari keadaan tiap aspeknya.

Pada aspek *Autonomi* (kemandirian), didapatkan hasil sebanyak 75% (16 orang) tergolong tinggi, hal ini menunjukkan para guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung mampu menjalankan kegiatan dan menentukan perilakunya atas kehendak sendiri, tahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain. Mereka mampu menyikapi keadaan lingkungan sekitarnya terutama dari pihak yayasan yang kurang memperdulikannya dengan tetap memberikan kinerja yang baik serta tidak melakukan tindakan yang bersifat merugikan baik terhadap dirinya maupun terhadap pihak yayasan. Sementara itu, sebanyak 25% (8 orang) guru tergolong dalam kategori rendah. Mereka pada umumnya masih belum mampu menentukan sendiri apa yang harus mereka lakukan untuk menyelesaikan permasalahannya. Mereka juga masih bergantung pada pendapat orang lain dan mampu terpengaruh dengan pendapat orang berkaitan dengan tingkah laku yang mereka lakukan.

Pada aspek *Environmental Mastery* (penguasaan lingkungan, sebanyak 79.17% (19 orang) guru tergolong ke dalam kategori tinggi. Pada aspek ini, guru yang memiliki skor tinggi memiliki kompetensi dalam mengatur lingkungan, dapat mengendalikan aktivitas eksternal termasuk mengendalikan situasi kehidupan sehari-hari, memanfaatkan kesempatan yang ada di, serta mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya. Sementara itu, pada guru yang tergolong dalam kategori rendah yaitu sebanyak 20.83% (5 orang) guru, mereka kurang mampu mengelola tanggung jawabnya sebagai guru untuk mengajar dan menganggap bahwa tidak ada peluang lain yang bisa mereka lakukan untuk memenuhi kebutuhannya yang tidak terpenuhi karena gaji yang kecil.

Pada aspek *Personal Growth* (pertumbuhan pribadi), didapatkan hasil sebanyak 79.17% (19 orang) guru tergolong dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan adanya perasaan mengenai pertumbuhan yang berkesinambungan dalam dirinya, memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dapat merasakan peningkatan yang terjadi pada diri dan tingkah lakunya setiap waktu serta dapat berubah menjadi pribadi yang lebih efektif dan memiliki pengetahuan yang bertambah. Sementara itu, pada guru yang memiliki skor dengan kategori rendah yaitu sebesar 20.83% (5 orang), mereka merasa bahwa tidak ada perubahan yang berarti dalam kehidupan dari sisi pribadi. Mereka merasa apa yang mereka lakukan selama hidupnya tidak membuat kompetensi dan kemampuan bertambah. Para guru yang tergolong rendah ini juga enggan untuk terlibat dalam kegiatan yang bertujuan menambah pengalamannya dan kompetensinya, baik sebagai individu maupun berkaitan dengan fungsinya sebagai guru.

Pada aspek *Positive Relations* (hubungan yang positif), didapatkan hasil bahwa sebanyak 70.83% (17 orang) guru berada dalam kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hubungan para guru yang hangat selama berada di sekolah. Mereka sering bertukar pikiran mengenai permasalahan yang sedang mereka hadapi, terutama mengenai masalah gaji. Mereka tak sungkan untuk saling memberikan saran dan dukungan kepada rekan kerjanya yang sedang mengalami permasalahan. Hal tersebut juga menunjukkan adanya empati dan kepedulian kepada sesama guru, sehingga terbangun pula kepercayaan terhadap sesama rekan kerjanya. Untuk aspek ini, ditemukan sebesar 29.17% (7 orang) guru memiliki skor rendah. Hal ini ditunjukkan dengan adanya guru merasa bahwa ia tidak dihargai oleh pihak yayasan sehingga tidak

terbangun kepercayaan terhadap pihak yayasan.

Pada aspek *Purpose in life* (tujuan dalam hidup), didapatkan hasil sebesar 75% (18 orang) guru memiliki skor yang tergolong kategori tinggi. Hal tersebut memiliki arti bahwa para guru tersebut meyakini bahwa tujuan hidupnya akan tercapai. Selain itu, para guru ini juga yakin bahwa keadaannya saat ini merupakan suatu tantangan dalam suatu perjalanan hidup yang nantinya mereka akan mendapatkan hasil yang lebih besar jika mereka mampu melewati keadaan mereka pada saat ini. Pada aspek ini pula, terdapat 25% (6 orang) guru yang termasuk dalam kategori rendah. Pada guru yang masuk ke dalam kategori rendah ini, mereka tidak memiliki tujuan dalam hidup yang jelas. Selain itu, para guru yang memiliki skor rendah ini juga tidak memiliki rencana – rencana masa depan dalam kehidupannya. Selain itu, mereka juga kurang memaknai pengalaman hidup di masa lalu dan saat ini, artinya mereka tidak melihat adanya manfaat atau pelajaran dari masa lalunya sehingga dalam menjalani kehidupan di saat ini menjadi kurang bermakna.

Pada aspek *Self Acceptance* (penerimaan diri), didapatkan hasil sebesar 79.17% (19 orang) guru tergolong dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa para guru mampu menerima keadaannya saat ini dengan positif. Mereka juga mampu memandang kehidupan yang dijalannya saat ini dengan positif dan percaya diri. Sementara itu, pada aspek ini terdapat 20.83% (5 orang) guru yang tergolong rendah dalam aspek ini. Hal ini menunjukkan bahwa para guru yang tergolong ke dalam kategori rendah ini merasa tidak puas dengan keadaan dirinya saat ini. Mereka merasa tidak nyaman dengan keadaan pribadinya, tidak mampu mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya untuk menjalani hidup, berharap untuk menjadi orang yang berbeda dan kurang optimis dalam menjalankan hidupnya.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengukuran secara keseluruhan terhadap guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung, diperoleh skor 79,17% dimana skor tersebut menunjukkan bahwa para guru di SMA Plus Al-Ghifari Bandung memiliki keadaan *psychological well-being* yang tinggi. Dalam menghadapi keadaan mereka dengan gaji yang kecil, sementara kebutuhan hidup yang relatif besar terutama bagi para guru yang telah memiliki keluarga, pada umumnya mampu mereka sikapi dengan positif seperti tetap menganggap bahwa keadaannya saat ini jauh lebih baik, mampu mencari dan memanfaatkan peluang, merasa nyaman dengan lingkungannya saat ini, mampu tetap menjalankan tanggung jawabnya dengan baik dan mampu menumbuhkan potensi bagi para guru untuk memperbaiki keadaannya.

Secara umum, terdapat 20.83% yang tergolong kedalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada guru yang ditandai belum memandang dirinya secara positif, belum mampu memaksimalkan potensi yang dimilikinya untuk memperbaiki kehidupannya, menganggap bahwa lingkungan sekitarnya kurang nyaman dan tidak sesuai dengan kehendaknya, belum mampu mengelola tanggung jawabnya baik sebagai individu maupun sebagai seorang guru dengan baik, serta memandang dirinya sebagai pribadi yang kurang positif.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aulia, Nuansa (2008). *Himpunan Prundang- Undangn RI Tentang Sistem Pendidikan Nasioanal Cet.I*, Bandung; Tim Redaksi Nuansa Aulia.
- Elisa, C.A. (2012). *Gambaran Psychological Well-Being Pada ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) Di LSM Bandung Plus Support*. Diambil dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Ruang Kehidupan*. Edisi 5. Jakarta: Erlangga.
- Keyes, C.L.M. 1995. *The Structure of Psychology Well Being Revisited: Journal of Personality and Social Psychology*.
- Kim, J.E. & Nesselroade, J.R. (2003). Relationships among social support, selfconcept, and wellbeing of older adults: A study of process using dynamic factor models. *International Journal of Behavioral Development*, 27, 49-65
- Noor, Hasanuddin. 2009. *Psikometri Aplikasi dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA
- Ryff, C.D. 1989. *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well Being*. *Journal of Personality & Social Psychology*.
- Ryff, C.D., Keyes, C.L.M., Hughes, D.L. 2003. *Status inequalities, perceived discrimination, and eudaimonic well-being: Do the challenges of minority life gone purpose and growth? Journal of Health & Social Behavior*.
- Ryff, C.D. & Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological wellbeing revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727
- Ryff, C.D., Keyes, C.L.M., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing wellbeing: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022
- Ryff, C.D., Love, G.D., Urry, H.L., Muller, D., Rosenkranz, M.A., Friedman, E.M., Davidson, R.J., & Singer, B. (2006). Psychological well-being and ill-being: Do they have distinct or mirrored biological correlates?. *Psychother Psychosom*, 75, 85-95
- UU No. 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen (Diunduh 1 April 2016)