

## **Pelatihan Optimalisasi Resiliensi Mengajar Guru Sekolah Dasar dengan Strategi Modifikasi Perilaku Prososial di Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang**

**Ika Andrini Farida<sup>1</sup>, Hanggara Budi Utomo<sup>2\*</sup>, Raissa Dwifandra Putri<sup>3</sup>, Syabiilah Azzahroh Widyatmoko Putri<sup>4</sup>, Muhammad Aldwin Priyatama<sup>5</sup>**

<sup>1, 2, 3, 4, 5</sup> Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

\*corresponding author: [hanggara.psi@um.ac.id](mailto:hanggara.psi@um.ac.id)

Received 07-08-2024

Revised 18-08-2024

Accepted 20-08-2024

### **ABSTRAK**

Era disruptif saat ini memberikan tantangan bagi guru untuk berinovasi sehingga berdampak pada tingkat stres yang dialami oleh guru. Dukungan modifikasi perilaku prososial perlu diberikan agar guru dapat menjadi resilien. Tujuan pengabdian ini adalah mengeksplorasi efektivitas strategi modifikasi perilaku prososial untuk meningkatkan resiliensi mengajar di sekolah. Lokasi kegiatan pengabdian di SDN 1 Tempurejo Kabupaten Malang. Mitra pengabdian adalah guru sekolah dasar yang tergabung dalam KKG Gugus 7 Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang sejumlah 48 orang. Metode yang digunakan adalah Participatory Action Research dan analisis data menggunakan uji beda *t-test*. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah meningkatnya pemahaman pengetahuan guru SD mengenai cara menerapkan strategi modifikasi perilaku prososial untuk optimalisasi resiliensi mengajar. Hasil pemahaman resiliensi guru juga menunjukkan peningkatan setelah dilaksanakan edukasi dan sosialisasi yang dikonsep dalam bentuk seminar. Implikasi kegiatan ini adalah pengetahuan yang telah diperoleh guru sekolah dasar dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam mengatasi berbagai permasalahan yang muncul dalam pekerjaan sehari-hari.

**Kata kunci:** Guru; Mengajar; Modifikasi; Prososial; Resiliensi.

### **ABSTRACT**

*The current disruptive era provides challenges for teachers to innovate so that it has an impact on the level of stress experienced by teachers. Prosocial behavior modification support needs to be provided so that teachers can become resilient. The purpose of this service is to explore the effectiveness of prosocial behavior modification to increase teaching resilience in schools. The location of the service activities at SDN 1 Tempurejo, Malang Regency. The service partners are elementary school teachers who are members of the KKG Gugus 7 Kalipare District, Malang Regency, totaling 48 people. The method used is Participatory Action Research and data analysis using *t-test*. The results of community service activities are the increased understanding of elementary school teachers' knowledge about how to apply prosocial behavior modification strategies to optimize teaching resilience. The results of the understanding of teacher resilience also showed an increase after the implementation of education and socialization conceptualized in the form of seminars. The implication of this activity is that the knowledge that has been obtained by elementary school teachers can be applied sustainably in overcoming various problems that arise in their daily work.*

**Keywords:** Modification; Prosocial; Resilience; Teacher; Teaching.

## **PENDAHULUAN**

Sekolah merupakan tempat yang menarik bagi setiap insan cendekia untuk mendapatkan dan mempelajari pengetahuan serta keterampilan yang penting secara

kognitif, afektif, dan psikomotorik. Era disruptif merupakan era yang menuntut perubahan bagi guru, anak, dan orang tua untuk berinovasi dalam proses belajar dan mengajar, yang membawa implikasi pada teknologi dan informasi serta psikologis (Rahmadayani dkk., 2021). Tantangan era disrupsi bagi pendidik adalah penguasaan teknologi informasi, profesionalisme, pembelajaran kreatif, tekanan pekerjaan, dan rendahnya keinginan guru untuk mengembangkan diri (Retnaningsih, 2019). Tekanan pekerjaan yang dialami oleh guru menjadi penting untuk menjadi perhatian, karena hal tersebut dapat berdampak pada kepuasan kerja dan gangguan kesehatan baik fisik maupun psikologis (Iftadi dkk., 2024; Prilleltensky dkk., 2016). Kajian penelitian yang dilakukan oleh Akour dkk. (2020) bahwa hampir 32 persen guru mengalami tekanan yang berat dalam bekerja, dan hampir 40 persen guru merasakan tekanan pekerjaan secara ringan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Arismunandar dkk. (2022) menjelaskan bahwa tingkat stres yang dialami oleh guru di Sulawesi Selatan berada pada kategori sedang sebesar 41,9 persen. Oleh karena itu, perlu adanya modifikasi perilaku pada aspek prososial yang perlu diperhatikan dan diberdayakan sehingga dapat membantu guru agar tangguh di masa kenormalan baru.

Konsep terkait dukungan modifikasi perilaku prososial merupakan konsep yang menggambarkan suatu proses yang bertujuan untuk membangun kesejahteraan pada individu dengan memaksimalkan sumberdaya yang dimiliki oleh individu tersebut dan sumberdaya lain yang dapat mendukung, seperti dari lingkungan sosial (Indasari dkk., 2020). Dalam konteks ini, guru nantinya memiliki kemampuan untuk meminimalisir berbagai dampak yang dapat terjadi akibat situasi kritis, seperti dampak fisik, psikologis, dan sosial. Selain itu melalui dukungan ini, guru dapat meningkatkan kualitas hidupnya dan membekali diri untuk beradaptasi dengan perubahan yang dapat terjadi. Dinamika psikologis modifikasi perilaku prososial merupakan suatu proses dengan mengoptimalkan penggunaan sumber daya individu dalam hal ini adalah guru, guna meningkatkan kualitas hidup, dan mendorong bertumbuhnya resiliensi pada guru. Dengan demikian, guru akan mampu melewati situasi krisis dan memiliki daya yang baik untuk menghadapi masalah serupa di masa mendatang.

Kelompok Kinerja Guru (KKG) Gugus 7 Tumpakrejo yang berlokasi di SDN 1 Desa Tumpakrejo, Kecamatan Kalipare, Kabupaten Malang, Jawa Timur merupakan kelompok guru di sekolah negeri yang bergerak di bidang pendidikan yang belum menerapkan modifikasi perilaku prososial untuk meningkatkan keikhlasan guru dalam mengajar, dan juga meningkatkan resiliensi guru dalam menghadapi situasi krisis secara psikologis. Akibat dari hal itu, guru di sekolah tersebut sulit untuk mengelola emosi sehingga mengakibatkan penurunan pada produktifitas sekolah. Hal ini juga didukung oleh kurang optimalnya bantuan yang diberikan dengan menggunakan sumber daya yang ada di dalam diri guru dan lingkungan sekolah. Disamping itu, juga disebabkan kurang optimalnya penghargaan akan kemandirian guru, serta juga kurang berkembangnya harkat dan kemampuan diri guru dalam mengatasi masalah. Untuk menentukan program yang sesuai dengan tujuan

mengoptimalkan dukungan modifikasi perilaku prososial untuk seluruh komunitas, maka perlu dilakukannya proses asesmen sebelum memilih melakukan suatu program.

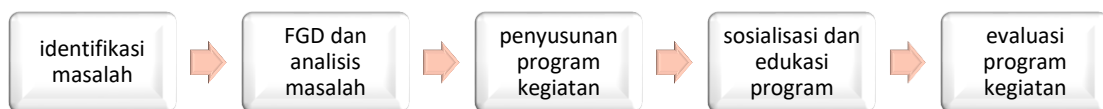
Menurut Kharismawan (2018) dukungan psikososial dapat terwujud karena adanya pemenuhan kepuasan kebutuhan dasar. Akses terhadap pembelajaran telah menjadi hak dasar bagi siswa dan guru pada era baru ini. Kemampuan untuk berinteraksi dengan sesama memiliki pengaruh signifikan terhadap motivasi mengajar guru (Utomo dkk., 2019), serta adanya kebutuhan guru untuk terhubung dengan orang lain, yaitu pada aspek *belongingness* kepada orang lain akan terpenuhi. Pemilihan bentuk program psikososial menjadi solusi yang tepat tergantung pada permasalahan mitra yang kemudian diangkat menjadi kebutuhan, sumber daya, serta konteks dan peluang yang tersedia.

Adapun penerapan modifikasi perilaku prososial bagi guru memiliki manfaat, yaitu: (a) mengurangi berbagai macam dampak yang disebabkan dari situasi krisis; (b) mendorong kesejahteraan individu; (c) meningkatkan kemampuan masyarakat untuk menghadapi situasi baru atau perubahan yang terjadi pasca bencana atau situasi krisis; (d) membangun ketangguhan individu dan masyarakat dalam menghadapi kesulitan; (e) membentuk dukungan sosial yang tangguh dan saling mendukung (*support system* dan relasi di antara masyarakat) (Indasari dkk., 2020). Fokus pengabdian pada modifikasi perilaku melalui perilaku prososial guru. Riset menunjukkan bahwa resiliensi merupakan prediktor kebahagiaan, mampu bertahan dalam berbagai tekanan, yang mengarah pada kepuasan yang lebih besar (Putri dkk., 2023), serta mampu memunculkan *need for cognition* sebagai kecenderungan individu untuk terlibat dan menikmati aktivitas kognitif yang menantang (Farida dkk., 2018). Tujuan umum pengabdian ini adalah mengeksplorasi efektivitas strategi modifikasi perilaku prososial bagi guru untuk meningkatkan resiliensi mengajar di sekolah.

## METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif. Desain pendekatan menggunakan jenis *Participatory Action Research (PAR)*, yaitu cara yang efektif untuk memberdayakan masyarakat. Metode ini melibatkan tiga tahap utama: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tujuan utamanya adalah untuk membantu masyarakat memahami masalah yang dihadapi dan menemukan solusi yang tepat (Muhtarom, 2019; Rahman dkk., 2021). Sejalan dengan hal tersebut Afandi (2020) menyatakan bahwa *PAR* menawarkan kerangka kerja yang sistematis untuk menciptakan perubahan sosial yang berkelanjutan. Irawan (2020) menambahkan bahwa melibatkan semua pihak yang terkait, seperti yang dilakukan dalam kegiatan ini dengan melibatkan seluruh komponen sekolah merupakan kunci keberhasilan dalam menerapkan pendekatan *PAR*. Lokasi kegiatan pengabdian ini adalah di SDN 1 Tempurejo, Kecamatan Kalipare, Kabupaten Malang. Peserta pengabdian adalah guru-guru sekolah dasar yang tergabung dalam KKG Gugus 7 Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang sejumlah 48 orang.

Instrumen dalam kegiatan pengabdian menggunakan dua instrumen yang dikembangkan berdasarkan topik pengabdian, yaitu (1) instrumen *pre-post* yang dikemas dalam bentuk kuesioner *Multidimensional Teachers Resilience Scale Indonesian Version* (MTRS-I) yang dikembangkan oleh Nurshadrina dkk. (2023); (2) instrumen kepuasan mitra pengabdian masyarakat yang dikembangkan oleh Universitas Negeri Malang. Kegiatan pengabdian masyarakat diimplementasikan dalam beberapa tahapan, antara lain: (1) tahap pertama adalah perencanaan yang meliputi identifikasi masalah, diskusi kelompok, dan penyusunan program; (2) tahap kedua adalah pelaksanaan program dengan metode ceramah, demonstrasi, diskusi, dan tanya jawab ke sekolah; (3) tahap akhir adalah evaluasi untuk mengukur keberhasilan program yang telah dilaksanakan. Evaluasi kegiatan pengabdian dilakukan dengan melihat beberapa indikator, seperti kompetensi narasumber, pelaksanaan kegiatan pengabdian, kebermanfaatan kegiatan pengabdian, dan keberlanjutan kegiatan pengabdian. Sedangkan indikator untuk mengetahui pemahaman peserta terkait optimalisasi resiliensi mengajar guru yang terkait perilaku prososial, antara lain: *emotional resilience*, *motivational resilience*, *professional resilience*, dan *social resilience* (Nurshadrina dkk., 2023). Evaluasi program kegiatan pengabdian secara kuantitatif dilakukan dengan membandingkan jawaban peserta pada kuesioner sebelum dan setelah kegiatan dengan menggunakan analisis uji beda *t-test* dengan bantuan software SPSS 22. Kriteria keberhasilan kegiatan pengabdian ini menggunakan analisis kriteria yang dikembangkan oleh Riduwan (2013) dengan klasifikasi sebagai berikut: (a) 1-20%: tidak baik (b) 21-40%: kurang baik; (c) 41-60%: cukup baik; (d) 61-80%: baik; (e) 81-100%: sangat baik. Garis besar alur pengumpulan data kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada gambar 1 berdasar pengembangan Utomo dkk. (2023).



Gambar 1. Alur Pengumpulan Data

## HASIL KEGIATAN

Sebagai bentuk implementasi Tridarma Perguruan Tinggi dan dalam rangka memenuhi indikator kinerja utama dosen, Dosen Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang pada kelompok bidang keahlian psikologi perkembangan melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini ditujukan kepada guru-guru sekolah dasar yang tergabung dalam KKG Gugus 7 Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang, yang merupakan mitra kerjasama. Optimalisasi resiliensi mengajar guru dengan strategi modifikasi perilaku prososial di era disruptif telah dilaksanakan secara langsung pada tanggal 19-20 Juli 2024 dan diikuti oleh 48 peserta. Tim pengabdian terdiri atas 5 anggota, dimana 3 anggota Dosen dan dibantu 2 anggota mahasiswa. Adapun hasil pengabdian kepada masyarakat, sebagai berikut:

a) Perencanaan

1. Tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat melakukan perijinan secara administratif kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang, KKG Gugus 7 Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang, dan Koordinator Wilayah Dinas Pendidikan Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang
2. Tim pelaksana pengabdian menganalisis serta menguraikan kondisi guru serta sumber daya yang dimiliki oleh warga sekolah yang berkaitan dengan sumber stress atau tekanan yang secara spesifik menyebabkan stres yang dialami guru dengan melakukan wawancara dengan salah satu guru yang tergabung dengan KKG Gugus 7 Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang sebagai mitra pengabdian.
3. Berdasarkan hasil identifikasi masalah, tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat merancang program yang berfokus pada: (a) memberikan edukasi kepada guru tentang sosialisasi optimalisasi resiliensi mengajar dan perilaku prososial dalam konteks psikologi perkembangan; (b) memberikan pelatihan optimalisasi resiliensi mengajar guru dengan strategi modifikasi perilaku prososial di era disruptif; dan (c) melakukan evaluasi untuk mengukur keberhasilan program.

b) Pelaksanaan tindakan

1. Memberikan edukasi kepada guru tentang sosialisasi optimalisasi resiliensi mengajar dan perilaku prososial dalam konteks psikologi perkembangan. Guru mampu memahami hubungan antara perilaku prososial dan kesehatan mental guru. Materi tersebut disampaikan oleh Ibu Raissa Dwifandra Putri, M.Si.

Hari/ Tanggal: Jumat, 19 Juli 2024

Waktu: Pukul 09.00 – 10.30 WIB

Tempat: Aula SDN 1 Tempurejo

Sasaran: guru-guru yang tergabung dalam KKG Gugus 7 Kalipare

Evaluasi tindakan:

- a. Partisipasi guru SD dalam kegiatan ini sangat baik, dengan jumlah peserta mencapai 48 orang.
- b. Keterlibatan peserta dalam mengikuti materi sangat baik, terlihat dari respon yang aktif.
- c. Kendala keterbatasan sarana dan prasarana di daerah pedesaan dapat diatasi dengan baik, sehingga kegiatan dapat berjalan lancar.
- d. Beberapa guru yang proaktif dalam mencari klarifikasi mengenai materi, terutama terkait karakteristik stres yang dialami guru.



**Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi**

2. Memberikan pelatihan optimalisasi resiliensi mengajar guru dengan strategi modifikasi perilaku prososial di era disruptif. Inti dari pelatihan adalah guru merasa mendapat dukungan secara psikologis untuk membantu para guru mengenali emosi serta mengelola emosi sehingga guru dapat memanfaatkan sumber daya yang dimiliki, baik internal maupun eksternal. Pelatihan tersebut difasilitasi oleh semua narasumber pengabdian dan dibantu oleh mahasiswa.

Hari/ Tanggal: Sabtu, 20 Juli 2024

Waktu: Pukul 09.00 – 13.00 WIB

Tempat: Aula SDN 1 Tempurejo

Sasaran: guru-guru yang tergabung dalam KKG Gugus 7 Kalipare

Evaluasi tindakan:

- a. Sebanyak 48 pendidik dari jenjang sekolah dasar hadir dalam kegiatan pelatihan ini.
- b. Peserta aktif berinteraksi dan memberikan tanggapan selama sesi presentasi.
- c. Tingkat keterlibatan guru dalam sesi tanya jawab cukup beragam, mulai dari yang sangat aktif hingga ada yang masih mempertanyakan terkait kondisi dirinya sendiri, semisal waktu stres untuk berat badan mengalami peningkatan.
- d. Cara penyampaian narasumber yang unik dan berbeda-beda membuat guru jadi semangat untuk ikut bicara. Misalnya saat narasumber bertanya, “apakah guru masih bisa disebut sebagai Pahlawan tanpa Tanda Jasa?”. Hal ini menjadi pertanyaan pemantik yang membuat peserta menunjukkan perilaku ke arah prososial. Demikian juga saat narasumber menyatakan bahwa untuk meminimalisir sumber kesehatan mental guru yang bermasalah, misalnya stres, maka solusinya hanya satu, yaitu “*Duit to do it*”. Istilah “*Duit*” kepanjangan dari Doa, Usaha, Ikhtiar, dan Tawakal”.



**Gambar 3. Kegiatan pelatihan**

c) Hasil evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Tim pelaksana melakukan evaluasi terhadap kegiatan seminar dengan agenda sosialisasi optimalisasi resiliensi mengajar dan perilaku prososial dalam konteks psikologi perkembangan. Evaluasi dilakukan melalui pengisian lembar evaluasi program oleh peserta *dengan* indikator: kompetensi narasumber, pelaksanaan kegiatan pengabdian, kebermanfaatan kegiatan pengabdian, dan keberlanjutan kegiatan pengabdian. Ada empat pilihan jawaban, yaitu sangat puas, puas, cukup puas, dan kurang puas. Hasil evaluasi dapat dilihat secara rinci pada tabel berikut.

**Tabel 1. Hasil evaluasi seminar optimalisasi resiliensi**

| No              | Indikator                          | Proporsi (%) | Kategori keberhasilan |
|-----------------|------------------------------------|--------------|-----------------------|
| 1               | Kompetensi narasumber              | 80           | Sangat Baik           |
| 2               | Pelaksanaan kegiatan pengabdian    | 84           | Sangat Baik           |
| 3               | Kebermanfaatan kegiatan pengabdian | 86           | Sangat Baik           |
| 4               | Keberlanjutan kegiatan pengabdian  | 80           | Baik                  |
| Nilai Rata-rata |                                    | 83           | Sangat Baik           |

Berdasarkan hasil evaluasi, diperoleh nilai proporsi rata-rata sebesar 83% yang *mengindikasikan* bahwa pelaksanaan seminar optimalisasi resiliensi mengajar dan perilaku prososial dalam konteks psikologi perkembangan telah berhasil memenuhi ekspektasi peserta terkait pemahaman dan pentingnya kedua konsep tersebut dalam pengajaran di kelas. Selanjutnya, hasil evaluasi pada program pelatihan optimalisasi resiliensi mengajar guru dengan strategi modifikasi perilaku prososial di era disruptif dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2. Hasil evaluasi program pelatihan optimalisasi resiliensi**

| No              | Indikator                          | Proporsi (%) | Kategori keberhasilan |
|-----------------|------------------------------------|--------------|-----------------------|
| 1               | Kompetensi narasumber              | 89           | Sangat Baik           |
| 2               | Pelaksanaan kegiatan pengabdian    | 87           | Sangat Baik           |
| 3               | Kebermanfaatan kegiatan pengabdian | 94           | Sangat Baik           |
| 4               | Keberlanjutan kegiatan pengabdian  | 87           | Sangat Baik           |
| Nilai Rata-rata |                                    | 89           | Sangat Baik           |

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 89% guru merasakan adanya kepuasan yang sangat baik dalam mengikuti program pelatihan optimalisasi resiliensi mengajar

guru dengan strategi modifikasi perilaku prososial di era disruptif. Hal ini berarti program pelatihan telah berhasil memenuhi harapan Kelompok Kinerja Guru (KKG) SD Gugus 7 Desa Tumpakrejo Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang.

d) Hasil pemahaman pengetahuan guru tentang optimalisasi resiliensi mengajar di era disruptif.

Data hasil pengujian *pre-posttest* telah melalui uji normalitas dan homogenitas, sehingga layak dianalisis menggunakan uji *t-test*. Hasil uji menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat *optimalisasi* resiliensi guru sebelum dan setelah diberikan pelatihan strategi modifikasi perilaku prososial ( $t = -7.366$ ,  $p = 0.000$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa pelatihan optimalisasi resiliensi mengajar guru dengan strategi modifikasi perilaku prososial efektif dan meningkat di era disruptif. Hasil lengkap analisis disajikan pada Tabel 3.

**Tabel 3. Hasil Perhitungan *t-test***

| Variabel                        | <i>t-test</i> | Signifikansi         |
|---------------------------------|---------------|----------------------|
| <i>pre-post test resiliensi</i> | -7.366        | 0.000 ( $p < 0.05$ ) |

Pemahaman optimalisasi kegiatan sebagai bagian dari evaluasi program, maka tim pelaksana telah melakukan penilaian terhadap peningkatan pemahaman guru-guru mengenai peran guru dalam mengembangkan strategi perilaku prososial untuk optimalisasi resiliensi mengajar di kelas. Penilaian dilakukan melalui instrumen *pre-posttest* yang mengukur sejauh mana guru mampu menerapkan empat peran utama, yaitu *emotional resilience*, *motivational resilience*, *professional resilience*, dan *social resilience*. Hasil evaluasi secara rinci dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4. Hasil pemahaman pengetahuan guru**

| No | Indikator                      | Mean           |                 | Hasil (%)      |                 | Keterangan |
|----|--------------------------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|------------|
|    |                                | <i>Pretest</i> | <i>Posttest</i> | <i>Pretest</i> | <i>Posttest</i> |            |
| 1  | <i>Emotional resilience</i>    | 12,52          | 13,15           | 83             | 88              | Meningkat  |
| 2  | <i>Motivational resilience</i> | 16,13          | 17,15           | 81             | 86              | Meningkat  |
| 3  | <i>Professional resilience</i> | 7,40           | 8,56            | 83             | 85              | Meningkat  |
| 4  | <i>Social resilience</i>       | 15,44          | 16,85           | 77             | 84              | Meningkat  |

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil adanya peningkatan pemahaman pengetahuan guru tentang optimalisasi resiliensi mengajar di era disruptif. Rentangan hasil *mean pretest* berkisar antara 7,40 – 16,13, sedangkan hasil *mean posttest* berkisar antara 8,56 – 17,15. Selanjutnya, prosentase pemahaman pada indikator *emotional resilience* dan *motivational resilience* terjadi peningkatan sebesar 5%; sedangkan pada indikator *professional resilience* terjadi peningkatan sebesar 2%, sedangkan pada indikator *social resilience* terjadi peningkatan sebesar 7%. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi pelatihan strategi modifikasi perilaku prososial terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat resiliensi mengajar guru, baik dari aspek emosi, motivasi, profesionalisme, dan sosial pada kelompok kinerja guru gugus 7 Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang yang menjadi peserta pengabdian.

Hasil luaran kegiatan pengabdian adalah meningkatnya pemahaman pengetahuan guru SD mengenai cara menerapkan strategi modifikasi perilaku prososial untuk optimalisasi resiliensi mengajar di era disruptif. Hasil kegiatan pengabdian ini menegaskan konsep bahwa konstruk resiliensi guru memiliki kapasitas untuk pandangan multidimensi dan menyoroti interaksi yang terjadi antara sumber daya individual dan kontekstual guru. Hal ini senada dengan kajian yang dilakukan oleh Peixoto dkk. (2019) bahwa ada korelasi yang relevan antara kemampuan pribadi dengan sumber daya yang mendukung guru, seperti halnya kepemimpinan sekolah yang mendukung dan karakteristik pekerjaan sebagai sumber daya kontekstual (Bagdžiūnienė dkk., 2022). Sisi lain, hal ini juga menyiratkan bahwa penting bagi guru untuk memiliki kapasitas untuk memiliki resiliensi dengan melakukan beragam strategi modifikasi perilaku prososial. Ketika guru melakukan perilaku-perilaku yang prososial maka guru memiliki kapasitas untuk menghadapi kesulitan, dan memudahkan guru untuk menyesuaikan diri, menjaga stabilitas diri, terdedikasi pada pekerjaan, serta berkontribusi aktif dalam karier menjadi seorang guru (Peixoto dkk., 2018).

Hasil pemahaman resiliensi guru menunjukkan hasil yang meningkat setelah dilaksanakan edukasi dan sosialisasi yang dikonsep dalam bentuk seminar sehingga dapat berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologis, kebahagiaan, dan ketekunan melakukan aktivitas mengajar di sekolah. Hal ini relevan dengan hasil kajian Kamboj dan Garg (2021) yang menjelaskan bahwa ketekunan prediktor kesejahteraan psikologis di antara faktor-faktor sifat tangguh yang dimiliki guru.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mendapat apresiasi tinggi dari peserta. Hal ini terlihat dari antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan dan umpan balik positif yang diberikan sangat baik. Hal ini terlihat dari skor rata-rata hasil kepuasan mitra pengabdian yang mendekati 90%. Peserta merasa mendapatkan manfaat yang signifikan dari kegiatan ini, terutama dalam hal pemahaman tentang kesehatan mental, resiliensi, dan keterampilan perilaku psikososial. Salah satu peserta, menyampaikan harapan agar kegiatan serupa dapat diselenggarakan kembali di masa mendatang dengan topik yang relevan dengan dinamika psikologis dan perkembangan pendidikan yang terjadi di Indonesia.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan mengeksplorasi efektivitas strategi modifikasi perilaku prososial bagi guru untuk meningkatkan resiliensi mengajar telah berjalan lancar. Adanya pendekatan yang partisipatif dan materi yang relevan, kegiatan ini mampu membekali para guru di wilayah pedesaan dengan keterampilan dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk membangun generasi penerus bangsa. Dukungan narasumber ahli, kegiatan pengabdian ini berhasil menyoroti pentingnya kesehatan mental guru dan strategi perilaku prososial guna mendukung resiliensi yang positif. Begitu juga adanya pemantapan pengembangan resiliensi guru dan perilaku prososial dalam konteks psikologi perkembangan, memberikan wawasan

baru bagi guru dalam mengatasi stres dan tantangan dalam profesi keguruannya. Suasana yang kondusif selama sesi berbagi pengetahuan menciptakan atmosfer positif dan interaktif, sehingga baik peserta maupun narasumber merasa puas dan termotivasi. Harapan ke depan adalah pengetahuan yang telah diperoleh guru-guru sekolah dasar dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam mengatasi berbagai permasalahan yang muncul dalam pekerjaan sehari-hari.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih Penulis sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Negeri Malang (UM) yang telah mendukung dan memberikan dana hibah internal pengabdian kepada masyarakat tahun 2024 sehingga dapat terlaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat. Juga, ucapan terima kasih kepada mitra pengabdian kepada masyarakat yaitu Kelompok Kinerja Guru (KKG) Gugus 7 Tumpakrejo, Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, A. (2020). *Participatory action research (PAR) metodologi alternatif riset dan pengabdian kepada masyarakat transformatif*. UIN Sunan Ampel Surabaya
- Akour, A., Al-Tammemi, A. B., Barakat, M., Kanj, R., Fakhouri, H. N., Malkawi, A., & Musleh, G. (2020). The impact of the covid-19 pandemic and emergency distance teaching on the psychological status of university teachers: A Cross-sectional study in Jordan. *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 103(6), 2391–2399. <https://doi.org/10.4269/AJTMH.20-0877>
- Arismunandar, A., Nurhikmah, H., Wahed, A., Wijaya, H., & Haris, H. (2022). The source of teacher work stress: A factor analysis approach. *Cakrawala Pendidikan*, 41(1), 112–128. <https://doi.org/10.21831/cp.v41i1.41611>
- Bagdžiūnienė, D., Kazlauskienė, A., Nasvytienė, D., & Sakadolskis, E. (2022). Linking supportive school leadership and teacher resilience: The mediating role of job resources. *Frontiers in Education*, 7(December), 1–17. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.999086>
- Farida, I. A., Suminar, D. R., & Nawangsari, N. A. F. (2018). Adaptasi bahasa dan budaya need for cognition scale. *Jurnal Sains Psikologi*, 2(7), 148–154. <https://doi.org/10.17977/um023v7i22018p148>
- Iftadi, N. H., Priyadi, S., Imansyah, T., Al-Munawwar, M. H., Amanda, I. T., & Nuraini, F. H. (2024). Meningkatkan ketahanan mental pada guru: Memaknai stres kerja melalui perspektif yang positif. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 4(2), 984–992. <https://doi.org/10.33379/icom.v4i2.4613>
- Indasari, S., Wijaya, A., Layuk, M., Sambo, M., & Indrawati, M. (2020). *Buku saku dukungan psikologis guru dan siswa tangguh di masa pandemi covid-19*. Wahana Visi Indonesia.
- Irawan, E. (2020). *Model pengabdian berbasis kompetensi*. Zahir Publishing.
- Kamboj, K. P., & Garg, P. (2021). Teachers' psychological well-being role of emotional intelligence and resilient character traits in determining the psychological well-

- being of Indian school teachers. *International Journal of Educational Management*, 35(4), 768–788. <https://doi.org/10.1108/IJEM-08-2019-0278>
- Kharismawan, K. (2018). *Dukungan psikososial bagi anak yang berhadapan dengan krisis. Modul pelatihan dukungan psikososial untuk Wahana Visi Indonesia*. WVI
- Muhtarom, A. (2019). Participation action research dalam membangun kesadaran pendidikan anak di lingkungan perkampungan transisi kota. *Dimas: Jurnal Pemikiran Agama Untuk Pemberdayaan*, 18(2), 259–278. <https://doi.org/10.21580/DMS.2018.182.3261>
- Nurshadrina, A., Widyasari, P., Septiana, E., Novara, A. A., & Irawan, N. A. R. (2023). Adaptation and psychometrics properties of multidimensional teachers resilience scale Indonesian version (MTRS-I). *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 9(4), 1060. <https://doi.org/10.33394/jk.v9i4.9392>
- Peixoto, F., Silva, J., Pipa, J., Wosnitza, M., & Mansfield, C. (2019). The multidimensional teachers' resilience scale: Validation for Portuguese teachers. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 38(3), 402–408. <https://doi.org/10.1177/0734282919836853>
- Peixoto, F., Wosnitza, M., Pipa, J., Morgan, M., & Cefai, C. (2018). A multidimensional view on pre-service teacher resilience in Germany, Ireland, Malta and Portugal. In M. Wosnitza, F. Peixoto, S. Beltman, & C. Mansfield (Eds.), *Resilience in Education: Concepts, Contexts and Connections* (pp. 73–89). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-76690-4\\_5](https://doi.org/10.1007/978-3-319-76690-4_5)
- Prilleltensky, I., Neff, M., & Bessell, A. (2016). Teacher stress: What it is, why it's important, how it can be alleviated. *Theory Into Practice*, 55(2), 104–111. <https://doi.org/10.1080/00405841.2016.1148986>
- Putri, R. D., Mansoer, W., & Nesi, N. (2023). Resilience as a predictor of adolescent happiness in orphanages in Jakarta. In R. D. Noorrizki, F. Nurmalitasari, U. Masfufa, Y. Rahmi, H. G. Hidajat, I. Pratiwi, F. Muthmainah, K. D. D. Setyoningtias, N. Khairina, & M. A. Vardia (Eds.), *International Conference of Psychology 2023* (pp. 142–156). knepublishing. <https://doi.org/10.18502/kss.v8i19.14357>
- Rahmadayani, I., Lailatussaadah, L., & Dhin, C. N. (2021). Kreativitas guru bersertifikasi dalam pemanfaatan media pembelajaran di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 2 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA*, 21(2), 151–161. <https://doi.org/10.22373/jid.v21i2.7994>
- Rahman, A. S., Sembodo, C., Kurnianingsih, R., Razak, F., & Amin, M. N. K. Al. (2021). Participatory action research dalam pengembangan kewirausahaan digital di Pesantren perkotaan. *Ulumuddin: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 11(1), 85–98. <https://doi.org/10.47200/ULUMUDDIN.V11i1.766>
- Retnaningsih, D. (2019). Tantangan dan strategi guru di era revolusi industri 4.0 dalam meningkatkan kualitas pendidikan. *Prosiding Seminar Nasional: Kebijakan Dan Pengembangan Pendidikan Di Era Revolusi Industri 4.0*, 23–30.
- Riduwan, R. (2013). *Skala pengukuran variabel-variabel penelitian*. Alfabeta.
- Utomo, H. B., Dwiyanti, L., Wati, E. K., Iswantiningtyas, V., Yulianto, D., & Wahyugiharti,

- N. (2023). Sosialisasi strategi learning by doing orang tua untuk menumbuhkan motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Dedikasi PKM*, 4(2), 291–300. <https://doi.org/10.32493/dedikasipkm.v4i2.30152>
- Utomo, H. B., Suminar, D. S., Hamidah, H., & Yulianto, D. (2019). Motivasi mengajar guru ditinjau dari kepuasan kebutuhan berdasar determinasi diri. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 69–81. <https://doi.org/10.14710/jp.18.1.69-81>