



Psikoedukasi Kesejahteraan Psikologis pada Guru Sekolah Dasar Insan Amanah Malang dengan Pendekatan *Hasthalaku*

Ninik Setiyowati^{1*}, Qonnitah Ardine Khoirunnisa²

^{1,2} Universitas Negeri Malang, Indonesia

*Corresponding author: ninik.setiyowati.fppsi@um.ac.id

Received 25-10-2025

Revised 11-11-2025

Published 24-12-2025

ABSTRAK

Program Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Dasar di SD Insan Amanah Malang melalui psikoedukasi *Hasthalaku*. Psikoedukasi dilakukan untuk menginternalisasikan nilai kearifan lokal *Hasthalaku*, yang terdiri dari Gotong Royong, *Grapyak Semanak*, *Guyub Rukun*, *Lembah Manah*, *Ewuh Pekewuh*, *Pangerten*, *Andhap Asor*, dan *Tepa Slira*. Pelaksanaan program terdiri dari tiga tahapan yaitu: pemaparan, diskusi, dan refleksi kesejahteraan psikologis. Evaluasi dilakukan secara kuantitatif menggunakan *Psychological Wellbeing Scale* dan secara kualitatif melalui sesi refleksi. Hasil menunjukkan peningkatan upaya guru dalam mengembangkan kesejahteraan psikologis, dengan skor rata-rata: Otonomi 64,31%, Penguasaan Lingkungan 58,04%, Pertumbuhan Pribadi 64,71%, Hubungan Positif 86,86%, Penerimaan Diri 97,65%, dan Tujuan Hidup 88,04%. Program ini berpotensi direplikasi di sekolah dasar lain dengan tantangan serupa.

Kata kunci: Guru; *Hasthalaku*; Kesejahteraan Psikologis; Psikoedukasi;

ABSTRACT

This community service program aims to enhance the psychological well-being of elementary school teachers at SD Insan Amanah Malang through *Hasthalaku*-based psychoeducation. The psychoeducation is designed to internalize the values of *Hasthalaku* as a form of local wisdom, which consists of Gotong Royong, *Grapyak Semanak*, *Guyub Rukun*, *Lembah Manah*, *Ewuh Pekewuh*, *Pangerten*, *Andhap Asor*, and *Tepa Slira*. The implementation consists of three stages: presentation, discussion, and reflection on psychological well-being. The evaluation was conducted quantitatively using the *Psychological Wellbeing Scale* and qualitatively through reflection sessions. The results indicate an improvement in teachers' efforts to develop their psychological well-being, with average scores of 64.31% for Autonomy, 58.04% for Environmental Mastery, 64.71% for Personal Growth, 86.86% for Positive Relations with Others, 97.65% for Self-Acceptance, and 88.04% for Purpose in Life. This program has the potential to be replicated in other elementary schools facing similar challenges.

Keywords: Teacher; *Hasthalaku*; Psychological Wellbeing; Psychoeducation

PENDAHULUAN

Guru Sekolah Dasar (SD) merupakan tenaga pendidik yang memiliki tantangan psikologis yang besar dalam menjalankan peran profesionalnya, di antaranya adalah beban kerja yang tinggi, tuntutan administratif, hingga dinamika hubungan dengan siswa, orang tua, dan rekan sejawat. Kondisi ini berpotensi menggerakkan



psychological well-being (kesejahteraan psikologis) mereka, yang dalam hal ini merujuk pada teori Ryff (1995), yang terdiri dari enam dimensi yaitu *Autonomy* (otonomi), *Environmental Mastery* (kemampuan mengelola lingkungan), *Personal Growth* (pertumbuhan pribadi), *Positive Relations with Others* (hubungan positif dengan orang lain), *Self-acceptance* (penerimaan diri), dan *the Purpose in Life* (tujuan hidup). Hal ini menjadi masalah karena kesejahteraan psikologis merupakan pondasi penting bagi kesehatan mental dan motivasi mengajar, sehingga dapat menciptakan keberlangsungan proses pendidikan yang berkualitas (McInerney et al., 2018; Salavera et al., 2024). Dengan demikian, meningkatkan kesejahteraan psikologis guru di tengah berbagai tantangan yang dihadapinya menjadi krusial. Guna menyelesaikan permasalahan tersebut, berbagai penelitian telah membahas mengenai metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis guru. Salah satu metode yang berpotensi untuk menanggulangi permasalahan tersebut adalah implementasi nilai-nilai *Hasthalaku*. Hal ini dilatarbelakangi oleh adanya peran *Hasthalaku* untuk meningkatkan harmoni sosial (Valencya et al., 2025a)

Hasthalaku merupakan konsep nilai luhur dari kebudayaan Suku Jawa yang terdiri dari delapan nilai utama yang dapat digunakan sebagai pedoman dalam bersikap dan bertindak, khususnya dalam konteks sosial, pendidikan, dan kehidupan sehari-hari (Alsuci et al., 2021; Saudah et al., 2023; Valencya et al., 2025b). *Hasthalaku* hadir sebagai solusi kontekstual yang tidak hanya relevan secara kultural tetapi juga terbukti efektif secara psikologis. Nilai Gotong Royong dan *Guyub Rukun*, misalnya, mengajak guru beralih dari pola pikir individu ke kolektif, sehingga beban kerja terdistribusi dan lingkungan kerja menjadi lebih harmonis. Sementara itu, *Pangerten* dan *Tepa Slira* melatih kesadaran empati, membantu guru merespons konflik dengan lebih bijak daripada sekadar reaktif. Kemudian *Lembah Manah* dan *Andhap Asor* membangun ketahanan internal dengan mengajarkan penerimaan diri dan kerendahan hati, melindungi guru dari dampak negatif tekanan sosial. Melalui internalisasi nilai-nilai ini, guru tidak hanya memperoleh kerangka moral, tetapi juga mengembangkan keterampilan psikologis praktis untuk mengelola stres, memperbaiki hubungan, dan menemukan kembali makna dalam profesinya, yang pada akhirnya membawa mereka menuju kondisi kesejahteraan psikologis yang lebih utuh dan berkelanjutan.

Lebih lanjut, internalisasi nilai-nilai *Hasthalaku* tidak hanya berdampak pada aspek individual, tetapi juga menciptakan harmoni sosial di lingkungan sekolah. Nilai-nilai seperti *Guyub Rukun* (Fitriyah & Farihah, 2016; Sucipto, 2020), *Grapyak Semanak*, dan *Ewuh Pekewuh* (Frinaldi & Embi, 2014; Mawardi et al., 2022; Soeharjono, 2011) mendorong terciptanya ekosistem kolaboratif yang saling mendukung antar guru. Ketika komunikasi berlangsung dengan penuh keramahan, konflik disikapi dengan tenggang rasa, dan tugas-tugas dikerjakan dengan semangat kebersamaan, terbentuklah lingkungan kerja yang positif dan inklusif. Harmoni sosial ini menjadi faktor protektif yang signifikan bagi kesejahteraan psikologis guru, karena hubungan interpersonal yang sehat terbukti mengurangi stres, meningkatkan rasa aman secara

psikologis, dan memperkuat ketahanan mental dalam menghadapi tantangan profesinya.

Nilai-nilai *Hasthalaku* seperti Gotong Royong, *Grapyak Semanak*, dan *Guyub Rukun* secara langsung mendukung dimensi hubungan positif dengan orang lain dalam teori Ryff (1995), sementara *Lembah Manah* dan *Andhap Asor* memperkuat dimensi *Self-Acceptance*. Nilai *Pangerten* dan *Tepa Slira* secara teoritis terkait erat dengan keduanya, karena keduanya membangun empati, pemahaman interpersonal, dan penerimaan terhadap diri serta orang lain (Ryff, 2013; Valencya et al., 2025). Namun, hubungan antara nilai-nilai ini dengan peningkatan kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan lebih mendalam melalui kerangka *Self-Determination Theory*. Nilai-nilai tersebut memenuhi kebutuhan psikologis dasar *relatedness* melalui pembangunan hubungan harmonis, sekaligus mendukung *autonomy* melalui internalisasi nilai-nilai yang selaras dengan diri (Ryan & Deci, 2009, 2022)

Dalam konteks ini, psikoedukasi kesejahteraan psikologis berbasis *Hasthalaku* merupakan langkah strategis yang dapat segera diimplementasikan. Program ini tidak hanya memperkenalkan teori kesejahteraan psikologis secara akademis, tetapi juga menghubungkannya dengan nilai-nilai kearifan lokal yang sudah akrab dalam kehidupan guru. Melalui pendekatan ini, guru diajak untuk merefleksikan dan mengaktualisasikan nilai-nilai *Hasthalaku* dalam keseharian mereka, sekaligus menyadari dampaknya terhadap kesehatan mental. Psikoedukasi semacam ini menjadi titik awal yang efektif karena berbasis budaya lokal, mudah dipahami, dan langsung dapat diaplikasikan dalam konteks nyata di sekolah, sehingga menciptakan fondasi yang kokoh untuk pengembangan kesejahteraan psikologis guru yang berkelanjutan.

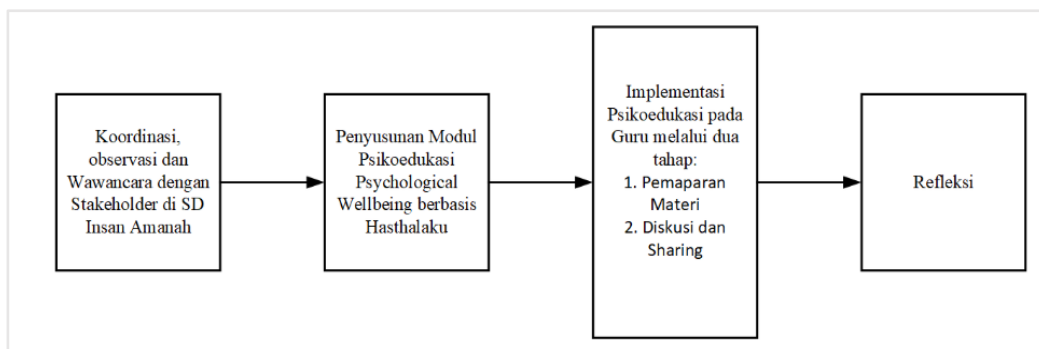
Mempertimbangkan urgensi penguatan kesejahteraan psikologis bagi guru SD, khususnya melalui pendekatan berbasis nilai lokal *Hasthalaku*, maka diperlukan langkah nyata yang dilakukan pada SD yang belum mengimplementasikan nilai-nilai *Hasthalaku*. Salah satu lokasi yang menjadi prioritas adalah SD Insan Amanah, yang merupakan sekolah dasar yang berada di Kota Malang. Hal ini dikarenakan SD Insan Amanah memiliki siswa dengan beragam latar budaya, memiliki peserta didik dalam jumlah besar, dan telah mendapatkan kepercayaan yang tinggi dari masyarakat. Hal ini memberikan berbagai tuntutan kepada guru untuk memenuhi harapan masyarakat terkait kualitas pembelajaran maupun iklim akademik optimal, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Dengan dilakukannya psikoedukasi kepada guru ini, maka guru SD Insan Amanah akan lebih mampu menjawab tuntutan yang ada dengan kesejahteraan psikologis yang memadai.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui metode psikoedukasi berbasis nilai-nilai *Hasthalaku* yang dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Dasar. Mitra pengabdian masyarakat ini adalah SD Insan Amanah Malang, yaitu sebuah Lembaga Pendidikan formal yang berada di Kota Malang. Dalam program ini, psikoedukasi dilaksanakan pada tanggal 19 Juni 2025, dan

dilakukan dengan menginternalisasikan delapan nilai moral Jawa yang terangkum dalam *Hasthalaku* kepada guru SD Insan Amanah Malang dengan jumlah peserta yaitu 34 guru SD. Nilai-nilai *Hasthalaku* tersebut meliputi Gotong Royong, *Grapyak Semanak* (ramah tamah), *Guyub Rukun* (kerukunan), *Lembah Manah* (rendah hati), *Ewuh Pekewuh* (saling menghormati), *Pangerten* (saling menghargai), Andhap Asor (berbudi luhur), dan *Tepa Slira* (tenggang rasa). Hasil dari program ini dievaluasi secara kualitatif yaitu melalui refleksi yang dilakukan secara bergantian oleh masing-masing peserta psikoedukasi, serta secara kuantitatif menggunakan skala *Psychological Wellbeing* (Ryff, 2013), yang terdiri dari 18 item, yang mengukur enam dimensi yaitu *Autonomy* (Otonomi), *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan), *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi), *Positive Relations with Others* (Hubungan Positif dengan Orang Lain), *Self-Acceptance* (Penerimaan Diri) dan *The Purpose in Life* (Tujuan Hidup) (Rahmi et al., 2024; Sastaviana & Indrakusuma Linggi, 2025; Setiawan, 2023; Sipahutar et al., 2025). Skala dengan 18 item tersebut memiliki validitas dan reliabilitas yang memadai yaitu model fit dengan nilai RMSEA = 0,06. Adapun nilai CFI = 0,899 dan TLI = 0,829 mendekati fit (Humaidah & Mulyono, 2025). Evaluasi baik secara kualitatif maupun kuantitatif ini dilakukan dengan *one group post-test only* pada tahap terakhir pelaksanaan psikoedukasi.

Program psikoedukasi ini diimplementasikan dalam tiga tahap utama, yang mana setiap tahap berkaitan satu dengan yang lain. Lebih lanjut mengenai tahapan tersebut adalah dapat diamati melalui Gambar 1.



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan psikoedukasi (Sumber: Desain peneliti, 2025)

Tahap pertama dilakukan dengan memaparkan materi melalui workshop interaktif yang dilakukan selama 90 menit dengan memperkenalkan kerangka kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1995) dan menghubungkannya dengan filosofi *Hasthalaku* untuk menciptakan dasar pemahaman yang kokoh. Tahap kedua diskusi kelompok terpandu dan simulasi kasus nyata yang dilakukan selama 60 menit. Kemudian tahap ketiga yang merupakan inti kegiatan yaitu refleksi mandiri dan kelompok yang bersifat kualitatif dan mendalam yang dilakukan selama 60 menit, serta pengisian skala kesejahteraan psikologis milik Ryff (2013) selama 15 menit. Seluruh tahapan ini menciptakan sebuah transformasi holistik yang diharapkan tidak hanya meningkatkan kesejahteraan psikologis guru, tetapi juga memperkuat landasan filosofis mereka dalam menjalankan peran sebagai pendidik.

HASIL KEGIATAN

Program pengabdian masyarakat ini berhasil melibatkan seluruh peserta secara aktif sejak awal hingga akhir kegiatan. Seluruh peserta menunjukkan komitmen yang tinggi dalam mengikuti rangkaian program psikoedukasi berbasis *Hasthalaku*, mulai dari workshop interaktif, diskusi kelompok dan simulasi kasus, hingga tahap refleksi. Pada tahap pertama, materi berhasil disampaikan dengan maksimal, yang mana dipaparkan secara mendalam mengenai konsep kesejahteraan psikologis (Ryff, 1995), konsep *Hasthalaku*, serta keterkaitan di antara keduanya. Pelaksanaan psikoedukasi tahap pertama dapat diamati pada Gambar 2.



Gambar 2. Psikoedukasi tahap satu (Sumber: Dokumentasi pribadi peneliti, 2025)

Pada tahap kedua, yaitu diskusi kelompok terpandu dan simulasi kasus nyata, diketahui bahwa guru berhasil menganalisis tantangan sehari-hari di kelas melalui lensa nilai-nilai *Hasthalaku* sehingga mengasah kemampuan mereka dalam merespons situasi secara reflektif dan empatik. Pelaksanaan psikoedukasi tahap kedua dapat diamati pada Gambar 3.



Gambar 3. Psikoedukasi tahap dua (Sumber: Dokumentasi pribadi peneliti, 2025)

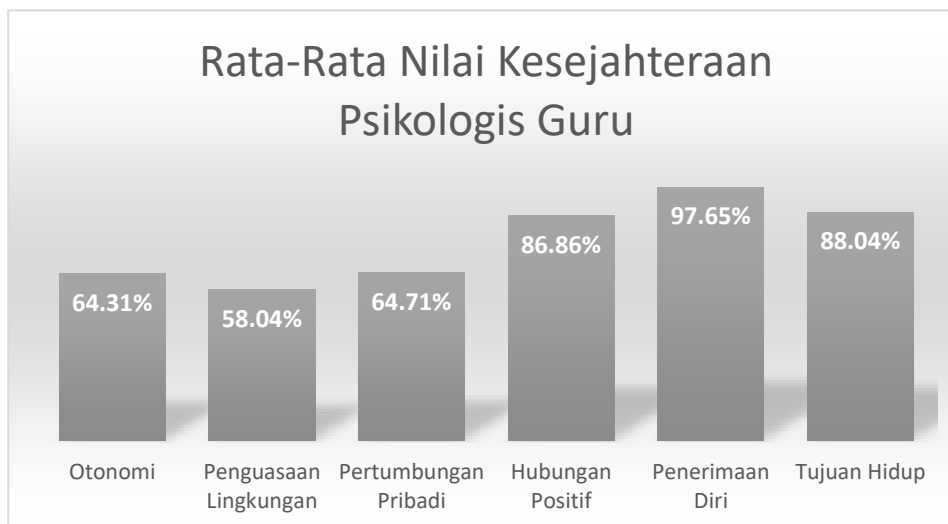
Pada tahap ketiga yang merupakan inti sekaligus penutupan kegiatan, para guru memberikan refleksi lisan yang mengungkap perkembangan pemahaman mereka tentang signifikansi nilai-nilai *Hasthalaku* dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Melalui refleksi tersebut, terungkap bahwa para guru tidak hanya memperoleh pemahaman konseptual tentang hubungan antara kearifan lokal dari Suku Jawa terhadap kesejahteraan psikologis, melainkan juga mengalami transformasi perspektif dalam memaknai profesi pendidik. Kesadaran ini tercermin dari pengakuan mereka akan pentingnya internalisasi nilai-nilai *Hasthalaku* sebagai landasan dalam membangun ketahanan mental, mengelola dinamika kelas, dan menciptakan lingkungan sekolah yang harmonis, yang pada akhirnya berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kualitas kesejahteraan psikologis guru SD. Pelaksanaan psikoedukasi tahap kedua dapat diamati pada Gambar 4. Sementara itu, berdasarkan hasil pengukuran menggunakan skala kesejahteraan psikologis diperoleh hasil seperti dipaparkan pada Tabel 1.



Gambar 4. Psikoedukasi tahap tiga (Sumber: Dokumentasi pribadi peneliti, 2025)

Berdasarkan hasil asesmen kesejahteraan psikologis setelah dilaksanakannya kegiatan psikoedukasi berbasis *Hasthalaku*, teridentifikasi adanya profil kesejahteraan psikologis yang kompleks dengan distribusi yang bervariasi pada setiap dimensi. Berdasarkan data kesejahteraan psikologis guru, terlihat profil yang sangat beragam di setiap dimensinya. Dimensi Hubungan Positif dengan Orang Lain mencatat persentase tertinggi, yaitu 97,65%, yang diikuti secara ketat oleh Tujuan Hidup sebesar 88,04% dan Penerimaan Diri sebesar 86,86%. Angka-angka yang sangat tinggi ini menunjukkan bahwa para guru umumnya memiliki kehidupan sosial yang memuaskan, memiliki keyakinan yang kuat tentang arah dan makna hidup, serta dapat menerima diri mereka sendiri dengan baik. Namun, di sisi lain, tiga dimensi lainnya menunjukkan hasil yang lebih rendah. Pertumbuhan Pribadi berada di 64,71%,

sementara Otonomi dan Penguasaan Lingkungan masing-masing hanya mencapai 64,31% dan 58,04%. Hal ini mengungkapkan area yang perlu mendapat perhatian, yaitu bahwa para guru mungkin masih merasa perlu meningkatkan upaya mengontrol lingkungan kerja mereka, belum mandiri dalam pengambilan keputusan, dan merasa bahwa ruang untuk pengembangan potensi diri mereka masih terbatas. Lebih lanjut, visualisasi profil kesejahteraan psikologis guru tersebut dapat diamati pada Gambar 6.



Gambar 6. Grafik profil kesejahteraan psikologis guru SD (Sumber: Data diolah peneliti, 2025)

Sementara itu, jika dianalisis menggunakan tiga kategori, sebaran nilai kesejahteraan psikologis pada guru ini memberikan petunjuk seberapa jumlah guru yang masih memerlukan pendampingan mengenai kesejahteraan psikologis serta berapa jumlah guru yang sudah menunjukkan kesejahteraan psikologis yang optimal. Selain itu, dimensi yang mayoritas gurunya berada dalam kategori "rendah" seperti Penguasaan Lingkungan memerlukan pendekatan yang lebih mendesak dan sistematis. Sebaliknya, untuk dimensi dengan kategori "tinggi" yang dominan seperti Hubungan Positif, fokusnya dapat dialihkan pada upaya *maintenance* atau pemanfaatan kekuatan tersebut untuk menopang dimensi yang lebih lemah.

Tabel 1. Hasil Penilaian Dimensi Kesejahteraan Psikologis pada Sesi refleksi

Dimensi	Definisi	Kategorisasi					
		Rendah		Sedang		Tinggi	
		$X < M - 1SD$		$M - 1SD \leq X < M + 1SD$		$M + 1SD \leq X$	
		n	%	n	%	n	%
Otonomi	Kemampuan untuk menentukan pilihan dan tindakan secara mandiri, memiliki kemandirian berpikir, serta tidak bergantung sepenuhnya pada persetujuan orang lain dalam mengambil keputusan penting dalam kehidupan.	4	11,8	28	82,4	2	5,9

Dimensi	Definisi	Kategorisasi					
		Rendah		Sedang		Tinggi	
		$X < M - 1SD$		$M - 1SD \leq X < M + 1SD$		$M + 1SD \leq X$	
		n	%	n	%	n	%
Penguasaan Lingkungan	Kemampuan untuk mengelola berbagai aspek kehidupan sehari-hari secara efektif, menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan pribadi, serta mampu memanfaatkan peluang yang ada di sekitar untuk mencapai tujuan.	6	17,6	27	79,4	1	2,9
Pertumbuhan Pribadi	Kemauan untuk terus berkembang sebagai pribadi, memiliki sikap terbuka terhadap pengalaman baru, serta senantiasa berusaha merealisasikan potensi diri sepanjang hayat.	0	0	33	97,1	1	2,9
Hubungan Positif dengan Orang Lain	Kemampuan untuk menjalin hubungan yang hangat, saling percaya, dan empati dengan orang lain, serta memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang di sekitar.	0	0	17	50,0	17	50,0
Penerimaan Diri	Sikap positif terhadap diri sendiri, menerima berbagai aspek kehidupan pribadi termasuk kekurangan dan kelebihan, serta memiliki pandangan yang baik tentang masa lalu yang telah dijalani.	1	2,9	5	14,7	28	82,4
Tujuan Hidup	Memiliki tujuan dan makna dalam kehidupan, serta keyakinan bahwa hidup ini bermakna dan memiliki arah yang jelas untuk masa depan.	0	0,0	17	50,0	17	50,0

Analisis dimensional peningkatan Kesejahteraan Psikologis Guru melalui Pendekatan *Hashtalaku*

Hasil Psikoedukasi ini mengungkapkan bahwa terdapat 28 guru telah memiliki dasar kesejahteraan psikologis yang kuat pada dimensi Penerimaan Diri (82,4%). Sementara itu terdapat 17 guru (50%) menunjukkan tingginya dimensi Hubungan Positif dengan Orang Lain dan dimensi Tujuan Hidup. Sebagian besar dari guru menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis dalam kategori sedang. Namun demikian terdapat Empat guru dengan nilai otonomi rendah dan 6 guru yang menunjukkan dimensi penguasaan lingkungan dalam kategori rendah.

Hasil implementasi psikoedukasi berbasis *Hashtalaku* mengungkapkan pola perkembangan kesejahteraan psikologis yang kompleks dan bermakna secara teoritis. Temuan ini mengonfirmasi proposisi sentral teori Ryff (1995) mengenai

multidimensionalitas kesejahteraan psikologis sekaligus merefleksikan bagaimana intervensi berbasis kearifan lokal dapat memengaruhi dimensi kesejahteraan secara diferensial.

Keberhasilan program dalam mengembangkan dimensi Penerimaan Diri Hubungan Positif dan Tujuan Hidup menunjukkan efektivitas pendekatan *Hasthalaku* dalam membangun fondasi eksistensial dan relasional. Secara teoritis, hasil ini konsisten dengan konsep *self-determination theory* yang menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan psikologis dasar berupa *relatedness* dan *autonomy* bagi kesejahteraan optimal. Nilai-nilai *Hasthalaku* seperti *Lembah Manah* dan *Tepa Slira* tampaknya berperan penting dalam membangun kesadaran diri dan empati yang menjadi dasar bagi penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain (Ryan & Deci, 2022).

Namun, temuan yang paling reflektif justru terletak pada profil dimensi Otonomi dan Penguasaan Lingkungan yang belum mencapai perkembangan optimal. Secara teoritis, kondisi ini mengonfirmasi temuan penelitian sebelumnya mengenai fenomena *constrained agency* dalam profesi pekerja publik (Cassidy & Davidson, 2025). Dalam konteks guru, kapasitas mereka untuk bertindak secara mandiri dan membuat pilihan bebas dibatasi oleh kekuatan sistemik dan kendala praktis. Meskipun psikoedukasi *Hasthalaku* berhasil membangun kesadaran dan makna eksistensial, transformasi ini belum sepenuhnya terkonversi menjadi peningkatan kapasitas agensi dalam konteks profesional.

Adanya sejumlah guru berada dalam kategori rendah untuk Otonomi dan Penguasaan Lingkungan mengindikasikan kebutuhan akan pendekatan yang lebih terdiferensiasi. Sementara mayoritas guru berada dalam kategori sedang untuk dimensi-dimensi ini, yang merefleksikan potensi perkembangan yang masih dapat dioptimalkan.

Refleksi Teoritis mengenai Mekanisme Perubahan

Pola hasil ini mengarah pada refleksi mengenai mekanisme perubahan psikoedukasi berbasis kearifan lokal. Nilai-nilai *Hasthalaku* tampaknya efektif dalam membangun *inner resources* berupa kesadaran diri, empati, dan makna hidup. Namun, transformasi nilai-nilai ini menjadi kapasitas agensi dan penguasaan lingkungan memerlukan kondisi pendukung ekosistem yang memadai. Temuan ini sejalan dengan perspektif *ecological systems theory* yang menekankan interaksi dinamis antara faktor individu dan lingkungan (Bronfenbrenner, 1994; Buchanan, 2020).

Berdasarkan refleksi teoritis ini, pengembangan program selanjutnya perlu mempertimbangkan pendekatan *multi-level intervention*. Untuk dimensi yang sudah berkembang baik, strategi *maintenance* dan *utilization* dapat diterapkan dengan memanfaatkan kekuatan hubungan positif dan tujuan hidup untuk mendukung pengembangan dimensi lainnya. Sementara untuk dimensi yang masih berkembang, diperlukan modul spesifik yang terintegrasi dengan dukungan sistemik di tingkat sekolah.

Keterbatasan dan Arah Penelitian Lanjutan

Temuan ini juga mengarah pada refleksi mengenai keterbatasan intervensi psikoedukasi murni tanpa disertai perubahan sistemik. Intervensi lanjutan diperlukan untuk mengeksplorasi model intervensi yang mengintegrasikan pendekatan psikoedukasi dengan restrukturisasi lingkungan kerja yang mendukung otonomi dan penguasaan lingkungan.

Secara keseluruhan, hasil implementasi psikoedukasi *Hashtalaku* tidak hanya menunjukkan efektivitas program, tetapi lebih penting lagi memberikan pemahaman teoretis yang berharga mengenai mekanisme perubahan dan interaksi antara faktor individu dan lingkungan dalam pengembangan kesejahteraan psikologis guru. Temuan ini menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan konstruk dinamis yang perkembangannya dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara sumber daya internal dan kondisi eksternal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Secara keseluruhan, psikoedukasi berbasis *Hashtalaku* terbukti efektif dalam membangun fondasi kesejahteraan psikologis guru, khususnya pada dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, dan tujuan hidup. Keberhasilan ini menunjukkan potensi kearifan lokal dalam memenuhi kebutuhan psikologis dasar untuk memiliki hubungan yang baik dan menemukan makna.

Namun, program ini masih perlu optimalisasi lebih dalam mengembangkan dimensi otonomi dan penguasaan lingkungan. Temuan ini mengonfirmasi bahwa kesejahteraan psikologis adalah konstruk multidimensional yang perkembangannya tidak hanya bergantung pada sumber daya internal individu, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kondisi dan kendala sistemik di lingkungan eksternal. Dengan demikian, pendekatan intervensi yang holistik dan multi-level diperlukan untuk menjangkau seluruh dimensi kesejahteraan secara lebih merata.

Saran

a. Saran Praktis (untuk Sekolah/Guru)

1. Penguatan Jejaring Kolaborasi: Sekolah disarankan membentuk *peer-support group* bagi guru untuk memelihara dan memanfaatkan dimensi hubungan positif dan tujuan hidup yang sudah terbangun. Kelompok ini dapat menjadi wadah berbagi strategi mengatasi tantangan sehari-hari.
2. Pemberdayaan dalam Pengambilan Keputusan: Untuk meningkatkan otonomi dan penguasaan lingkungan, pimpinan sekolah perlu melibatkan guru secara lebih aktif dalam perencanaan akademik dan kebijakan sekolah, misalnya melalui forum diskusi atau *focus group discussion* yang membahas perbaikan proses belajar-mengajar.
3. Integrasi Nilai ke dalam Sistem: Nilai-nilai *Hashtalaku* seperti "*Lembah Manah*" (rendah hati) dan "*Tepa Slira*" (toleransi) dapat diintegrasikan ke dalam kode

etik dan program pengembangan budaya sekolah untuk menciptakan ekosistem yang secara konsisten mendukung kesejahteraan psikologis.

b. Saran Penelitian/Pengabdian Selanjutnya

1. Pengembangan Modul Spesifik: Penelitian lanjutan perlu mengembangkan dan menguji modul intervensi tambahan yang secara khusus menargetkan peningkatan kapasitas *agency*, negosiasi, dan advokasi diri guru untuk memperkuat dimensi otonomi dan penguasaan lingkungan.
2. Implementasi Model Intervensi Multi-Level: Perlu dirancang dan diuji coba sebuah model intervensi yang tidak hanya berfokus pada level individu (guru), tetapi juga melibatkan level organisasi (sekolah), seperti pelatihan bagi kepala sekolah untuk menciptakan lingkungan kerja yang lebih otonom dan mendukung.
3. Eksplorasi Kontekstual: Penelitian mendalam dapat dilakukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor sistemik spesifik (beban administratif, keterbatasan sumber daya, dinamika kebijakan) yang paling membatasi otonomi dan penguasaan lingkungan guru, sehingga intervensi yang diusulkan dapat lebih tepat sasaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terselenggara berkat dukungan pendanaan dan fasilitas dari Universitas Negeri Malang melalui anggaran internal 2025. Selain itu, partisipasi aktif serta dedikasi dari Kepala Sekolah dan para guru SD Insan Amanah sebagai mitra utama juga menjadi faktor penting dalam kelancaran seluruh rangkaian program.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsuci, E. M., Trinugraha, Y. H., & Rahman, A. (2021). Peran Solo Bersimfoni dalam Mengimplentasikan Pendidikan Karakter Generasi Z di Kota Surakarta. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(2), 197–208. <https://doi.org/10.21831/jpka.v12i2.42907>
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological Models of Human Development. *International Encyclopedia of Education*, 3(2), 1643–1647.
- Buchanan, R. (2020). An Ecological Framework for Supervision in Teacher Education. *Journal of Educational Supervision*, 3(1). <https://doi.org/10.31045/jes.3.1.6>
- Cassidy, K., & Davidson, G. (2025). Constrained agency and everyday borderworkers in public sector institutions. *Geoforum*, 164. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2025.104314>
- Fitriyah, A., & Farihah, I. (2016). Partisipasi Komunitas Samin Dalam “Guyub Rukun” Merajut Harmoni Kelompok Agama Yang Berbeda Di Desa Karangrowo Undaan Kudus. *Fikrah*, 4(1), 50. <https://doi.org/10.21043/fikrah.v4i1.1680>
- Frinaldi, A., & Embi, M. A. (2014). Budaya Kerja *Ewuh Pakewuh* di Kalangan Pegawai Negeri Sipil Etnik Jawa (Studi pada Kabupaten Pasaman Barat, Provinsi Sumatra Barat. *Humanus*, 13(1), 68–75.

- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Adaptasi Psychological Well-Being Short Scale pada Mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990>
- Mawardi, I., Hikmawati, L., Warsana, B., & Iqbal, N. M. (2022). philosophy of Java *Grapyak, Semanak* ora nranyak as an effort to build the character of Student at SMP Kartika XII-1 Mertoyudan Kab. Magelang. *Jurnal Mantik*, 6(36), 756–762.
- McInerney, D. M., Korpershoek, H., Wang, H., & Morin, A. J. S. (2018). Teachers' occupational attributes and their psychological wellbeing, job satisfaction, occupational self-concept and quitting intentions. *Teaching and Teacher Education*, 71, 145–158. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2017.12.020>
- Rahmi, T., Muna, Z., Julistia, R., & Safitri, Y. N. (2024). Gambaran Psychological Well Being Pada Dosen Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 420–427.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2009). Promoting Self-determined School Engagement: Motivation, Learning, and Well-being. In *Handbook on Motivation at School* (pp. 171–196). Routledge.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2022). Self-Determination Theory. In *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 1–7). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7_2630-2
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Salavera, C., Urbón, E., Usán, P., Franco, V., Paterna, A., & Aguilar, J. M. (2024). Psychological wellbeing in teachers. Study in teachers of early childhood and primary education. *Heliyon*, 10(7). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e28868>
- Sastaviana, D., & Indrakusuma Linggi, A. (2025). Teacher Work Stress and Psychological Well-being. *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 4(2), 2510–2518.
- Saudah, Maksum, A., Sangka, K. B., Probohudono, A. N., Sunarto, F., Prasetyanto, D., & Jayanti, R. D. (2023). Mencegah perilaku intoleran melalui budaya *Hasthalaku* di solo. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 12(3), 500–512.
- Setiawan, H. (2023). Psychological Well-being of Honorary Elementary School Teachers in Wonotunggal Sub-district , Batang District. *Acta Psychology*, 02(01), 01–06.
- Sipahutar, A. S. B., Putri, T. K., Naldi, J. A., Marpaung, W., & Mirza, R. (2025). Pengaruh Strategi Coping terhadap Psychological Well Being Guru SD di Medan. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 9(1), 1–8.

- Soeharjono, H. I. (2011). Pengaruh Budaya Birokrasi “*Ewuh Pakewuh*” Terhadap Efektivitas sistem Pengendaian Intern. *Jurnal Ilmu Administrasi*, VIII(3), 243–260.
- Sucipto, B. H. (2020). Implementasi Budaya Guyub Rukun di SMK N 1 Donorojo Pacitan melalui Kegiatan Kemasyarakatan dalam Penanganan Pandemi Covid-19. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-i*, 7(8), 749–762.
<https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i8.15700>
- Valencya, N., Linsetyowati, N. C. C., Arfianti, Y. P., Zuhriyah, S. A., Musyaffa, A. F., & Khusumadewi, A. (2025a). Kearifan Lokal *Hasthalaku* sebagai Pendekatan Konseling Multibudaya untuk Meningkatkan Harmoni Sosial. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(4), 747–757.
<https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.383>
- Valencya, N., Linsetyowati, N. C. C., Arfianti, Y. P., Zuhriyah, S. A., Musyaffa, A. F., & Khusumadewi, A. (2025b). Kearifan Lokal *Hasthalaku* sebagai Pendekatan Konseling Multibudaya untuk Meningkatkan Harmoni Sosial. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(4), 747–757.
<https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.383>