

**HUBUNGAN *WORK-LIFE BALANCE* DAN *RESILIENCE* DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING GURU RA KEC. BOJONEGORO**

SKRIPSI



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

**ANINDA AULIYA
11030122120**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul "*Hubungan Antara Work-Life Balance dan Resilience dengan Psychological Well-Being pada Guru RA Kecamatan Bojonegoro*" merupakan karya ilmiah yang disusun berdasarkan hasil penelitian sendiri dan diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S1) di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Sepanjang pengetahuan saya, karya ilmiah ini bersifat orisinal dan belum pernah ditulis maupun diterbitkan oleh pihak lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk sebagai sumber referensi dan telah dicantumkan melalui sitasi serta parafrase sesuai dengan ketentuan akademik.

Surabaya, 22 Desember 2025



METERAI
TEMPEL
65370ALX397800326
Aninda Auliya

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN *WORK LIFE BALANCE* DAN *RESILIENCE* DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL BEING GURU RA Kec. BOJONEGORO**

Oleh:

ANINDA AULIYA
11030122120

Telah disetujui untuk diajukan sidang ujian skripsi

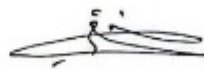
Surabaya, 23 Desember 2025

Pembimbing I



(Dr. Malukah, S.Ag., M.Psi)
NIP. 97203122009122001

Pembimbing II



(Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog)
NIP. 197711162008012018

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI
HUBUNGAN *WORK-LIFE BALANCE* DAN *RESILIENCE* DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING GURU RA KEC. BOJONEGORO

Yang disusun oleh
Aninda Auliya
11030122120

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 07 Januari 2026



Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. phil. Khoirun Niam
197007251996031004

Susunan Tim Penguji
Penguji I

Dr. Malikah, S.Ag, M.Psi
NIP. 197708122005012004
Penguji II

Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog
NIP. 197711162008012018

Penguji III

Endang Wahyuni, S.Ag, M.Psi.
NIP. 197212142007102002

Penguji IV

Nova Lusiana, M. Keb.
NIP. 198111022014032001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Aninda Auliyah
NIM : 11030122120
Fakultas/Jurusan : FPK / Psikologi d
E-mail address : auliyahaninda17@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Work-Life Balance dan Resilience dengan
Psychological Well-Being Pada Guru PA Kecamatan Bojanegara

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 14 Januari 2026

Penulis

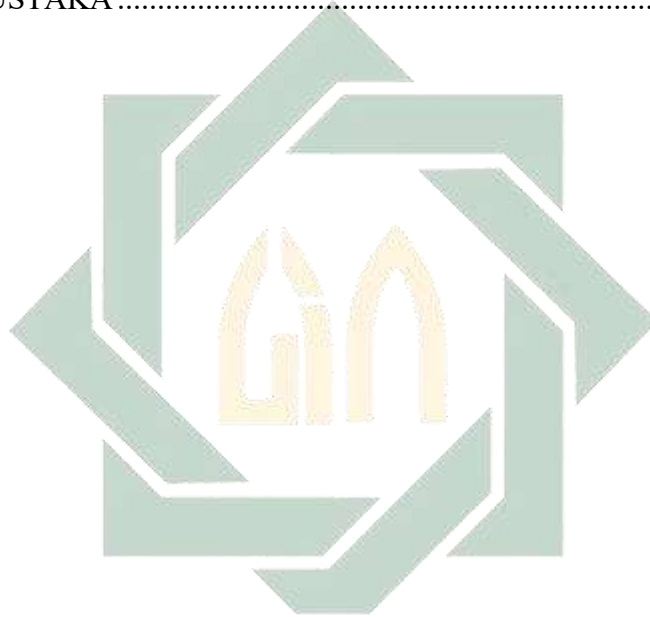


(Aninda Auliyah)
nama terang dan tanda tangan

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Keaslian Penelitian	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Konseptualisasi Variabel Y	13
B. Koseptualisasi Variabel X	17
C. Hubungan Antara Work-Life Balance dan Resiliensidengan Psychological Well- Being	24
D. Kerangka Teoritik	27
E. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	32
B. Populasi, Sample, dan Teknik Sampling	33
C. Sampel	34
D. Teknik pengumpulan data	34
E. Validitas dan Reliabilitas	41
F. Analisis Data	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. Deskripsi Subjek	47
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data	50

C. Hasil Penelitian	51
1. Gambaran Umum Data Subjek	51
2. Uji Asumsi	55
3. Uji Hipotesis	58
D. Pembahasan	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	72



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Aitem Favorable dan Unfavorable.....	35
Tabel 3. 2. Skor Aitem Favorable dan Unfavorable.....	36
Tabel 3. 3. Tabel Perbaikan Aitem Psychological Well-Being.....	36
Tabel 3. 4. Skor Aitem Favorable dan Unfavorable.....	37
Tabel 3. 5. Perbaikan Aitem Work-Life Balance	38
Tabel 3. 6. Skor Aitem Favorable dan Unfavorable.....	40
Tabel 3. 7. Perbaikan Aitem Resilience	40
Tabel 3. 8. Hasil Uji Validitas Psychological Well-Being.....	42
Tabel 3. 9. Hasil Uji Validitas Work-Life Balance	43
Tabel 3. 10. Hasil Uji Validitas Resilience	44
Tabel 3. 11. Hasil Uji Reliabilitas Skala Psychological Well-Being	45
Tabel 3. 12. Hasil Uji Reliabilitas Skala Work-Life Balance	45
Tabel 3. 13. Hasil Uji Reliabilitas Skala Resilience.....	46
Tabel 4. 1. Hasil Deskripsi Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 4. 2. Hasil Deskripsi Berdasarkan Desa/Kelurahan Lembaga.....	48
Tabel 4. 3. Hasil Deskripsi Berdasarkan Penghasilan	49
Tabel 4. 4. Hasil Uji Estimasi Reliabilitas.....	50
Tabel 4. 5. Hasil Analisis Deskriptif Statistik Data Subjek	51
Tabel 4. 6. Kaidah Kategorisasi.....	52
Tabel 4. 7. Kategorisasi Variabel Psychological Well-Being	53
Tabel 4. 8. Kategorisasi Variabel Work-Life Balance	54
Tabel 4. 9. Kaidah Kategorisasi Variabel Resilience	54
Tabel 4. 10. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	55
Tabel 4. 11. Hasil Uji Linearitas Psychological Well-Being dengan Work-Life Balance	57
Tabel 4. 12. Hasil Uji Linearitas Psychological Well-Being dengan Resilience ..	57
Tabel 4. 13. Pedoman Koefisien Korelasi	59
Tabel 4. 14. Hasil Uji Korelasi Psychological Well-Being dengan Work-Life Balance	59
Tabel 4. 15. Hasil Uji Korelasi Psychological Well-Being dengan Resilience ...	60

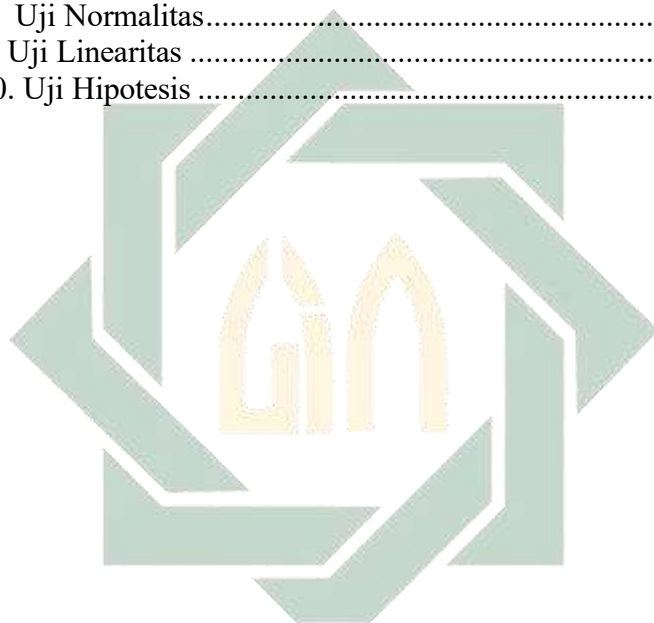
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teoritik.....	30
----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisiener Psychological Well-Being.....	82
Lampiran 2. Kuisiener Work-Life Balance.....	83
Lampiran 3. Kuisiener Resilience	84
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	86
Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian.....	87
Lampiran 6. Data Demografis Subjek.....	88
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas	90
Lampiran 8. Uji Normalitas.....	92
Lampiran 9. Uji Linearitas	92
Lampiran 10. Uji Hipotesis	94

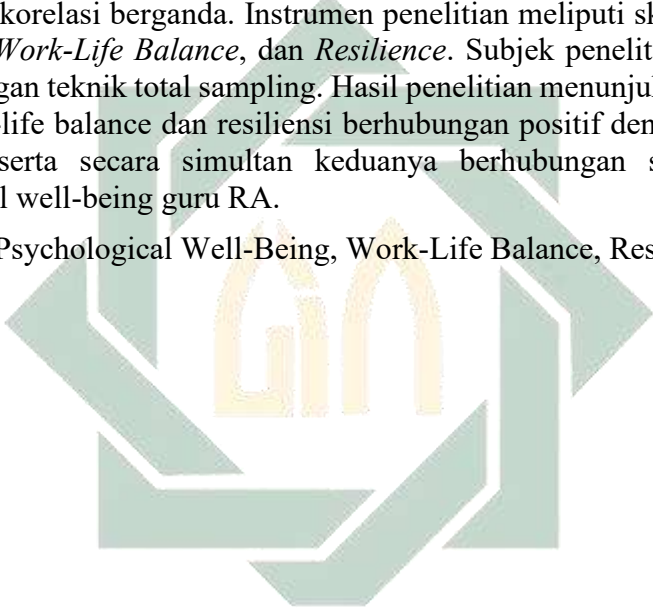


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

INTISARI

Psychological well-being merupakan kondisi kesejahteraan psikologis yang mencerminkan kemampuan individu untuk berfungsi secara positif dalam kehidupannya. Guru RA menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan dan peran ganda yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologisnya, sehingga diperlukan keseimbangan kehidupan kerja serta kemampuan resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Work-life balance* dan *Resilience* dengan *psychological well-being* pada guru RA di Kecamatan Bojonegoro. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan analisis product moment dan korelasi berganda. Instrumen penelitian meliputi skala *Psychological Well-Being*, *Work-Life Balance*, dan *Resilience*. Subjek penelitian berjumlah 100 guru RA dengan teknik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara parsial *work-life balance* dan resiliensi berhubungan positif dengan *psychological well-being*, serta secara simultan keduanya berhubungan signifikan dengan *psychological well-being* guru RA.

Kata Kunci: *Psychological Well-Being*, *Work-Life Balance*, *Resilience*.

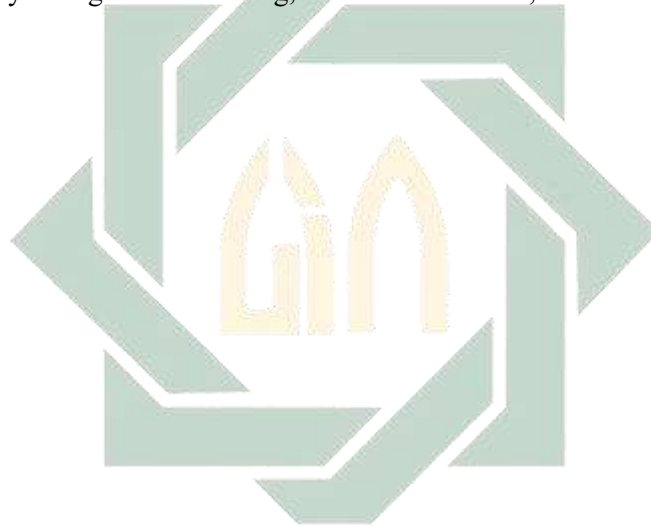


UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

ABSTRAK

Psychological well-being refers to an individual's ability to function positively in life. Raudhatul Athfal (RA) teachers face various work demands and multiple roles that may affect their psychological well-being, making work-life balance and resilience important factors. This study aims to examine the relationship between work-life balance and resilience with psychological well-being among RA teachers in Bojonegoro District. The research used a quantitative correlational method with product moment correlation and multiple correlation analysis. The instruments used were the Psychological Well-Being Scale, Work-Life Balance Scale, and Resilience Scale. The subjects consisted of 100 RA teachers selected using total sampling. The results showed that work-life balance and resilience were positively related to psychological well-being partially, and both variables simultaneously had a significant relationship with psychological well-being.

Keywords: Psychological Well-Being, Work-Life Balance, Resilience



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Kesumayodya, D. (2024). *Analisis Peran Guru dalam Menerapkan Pendidikan Karakter kepada Siswa*. Jurnal PGSD Indonesia, 10(1). Beltman, S., Mansfield, C. F., & Price, A. (2011). Thriving not just surviving: A review of research on teacher resilience. *Educational Research Review*, 6(3), 185–207. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2011.09.001>
- Fitriani, D. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Psychological Well-Being Pada Guru SLB. *Jurnal Riset Psikologi*, 2(1), 23-30.
- García-Carmona, M., Marín, M. D., & Aguayo, R. (2019). Burnout in secondary school teachers: A review of the literature. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 469–482. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S203632>
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 510–531. [https://doi.org/10.1016/S0001-8791\(02\)00042-8](https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00042-8)
- Gu, Q., & Day, C. (2013). Challenges to teacher resilience: Conditions count. *British Educational Research Journal*, 39(1), 22
- Handayani, T., & Puspitasari, E. (2021). Peran Ganda Perempuan Bekerja: Antara Tuntutan Domestik dan Profesional. *Jurnal Studi Gender dan Anak*, 8(2), 112-125.
- Jannah, M., & Adinda, P. (2022). Kesejahteraan Guru dan Implikasinya terhadap Kualitas Pembelajaran di Era Digital. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 4(3), 201-215.
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, 63(6), 518–526. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.63.6.518>
- Lestari, S., & Sawitri, D. R. (2017). Hubungan antara Konflik Peran Ganda dengan Kepuasan Kerja pada Karyawan. *Jurnal Empati*, 6(1), 12-17.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Mazerolle, S. M., Burton, L. J., & Cotrufo, R. (2018). Work-family conflict, burnout, and job satisfaction in athletic trainers. *Journal of Athletic Training*, 53(7), 706-712. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-138-17>
- Min, J. A. (2016). The role of resilience in the relationship between stress and depression

Journal of Affective Disorders, 197, 218-221.

- Peraturan Menteri Negara Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi Nomor 16 Tahun 2009 tentang Jabatan Fungsional Guru dan Angka Kreditnya.
- Prasetyo, W. H. (2022). Etika Komunikasi Digital Guru dan Orang Tua Murid di Luar Jam Kerja. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 6(2), 145-158.
- Rahmawati, I., & Anindita, R. (2021). Peran Guru PAUD dalam Mengoptimalkan Perkembangan Anak Usia Dini di Masa Pandemi. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1545-1555.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sari, D. P., & Hidayati, N. (2020). Resiliensi Akademik: Sebuah Tinjauan Konseptual. *Buletin Psikologi*, 28(1), 1-13.
- Suryani, S., Allenidekania, A., & Rachmawati, I. N. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan resiliensi perawat di ruang rawat inap. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(1), 1-10.
- Susanto, A. (2021). *Manajemen Peningkatan Kinerja Guru*. Kencana.
- Utami, N. W., & Hidayat, R. (2020). Peran Resiliensi terhadap Psychological Well-Being pada Guru Honorer. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 14(2), 120- 130.
- Wulansari, D. A., & Helmi, A. F. (2019). Tuntutan Emosional dan Kelelahan Emosional pada Guru Sekolah Dasar. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 5(2), 115-125.
- Aslamawati, P. (2024). *Hubungan Work-Life Balance dengan Work Engagement pada Guru TK Putri Aisyiyah Bandung*. Retrieved from
- Bullough, R. V. (2016). *Early childhood education teachers: Life history, life course, and life's work. Teaching and Teacher Education*, 57, 20–30. Retrieved from
- Choi, H. J., Kim, B. H., & Ko, J. (2024). *Analysis of the Resilience Importance and Performance of Early Childhood Teachers (IPA)*. Korean Association For Learner- Centered Curriculum And Instruction. Retrieved from
- Hikmah, W., & Wulan, S. (2025). *Exploring the Development of Teacher Resilience through Mobilizing Teacher Education: A Case Study of Early Childhood Educators in Purwakarta*. *AL ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 17(1).
- Jo, H., & Baik, Y. (2025). *Analysis of the Work-Life Balance and Interpersonal Relationships of Early Childhood Teachers by Generation*. Korean Association For Learner-Centered Curriculum And Instruction.

- Jo, H., & Lee, J. (2023). *Analysis of the Path Between the Working Environment and Turnover Intention of Early Childhood Teachers: Focused on the Mediating Effect of Work-Life Balance*. Korean Association For Learner-Centered Curriculum And Instruction. Retrieved from
- Kim, D. H., & Cho, A. (2025). *The Mediating Effect of Resilience in the Relationship Between Happiness and Teaching Efficacy of Early Childhood Teachers*. Korean Association For Learner Centered Curriculum And Instruction.
- Monika, M. (2017). *Teachers' Quality of Work Life in Early Childhood Education Institutions in Jakarta, Indonesia*. Retrieved from
- Pasiningsih, P., & Pancaningrum, N. (2023). *Resilience of Male Teachers and Prospective Male Teachers as Minorities in the Early Childhood Education Field*. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usian Dini*. Retrieved from
- Realdy, F., Alfily, H., & Oematan, S. (2024). *The Role of Work-Life Balance and Job Satisfaction on the Organizational Commitment of Early Childhood Teachers*. *Education Quarterly Reviews*.
- Rogahang, H., Manoppo, F., & Kaunang, R. (2020). *The Resilience of Kindergarten Teacher in the Disruptive Era*. *Proceedings of the 4th Asian Education Symposium (AES 2019)*.
- Weatherby-Fell, N., Neilsen-Hewett, C., & Duchesne, S. (2020). *Building Resilience for Early Years Teachers*. In *Handbook of Early Childhood Teacher Education* (pp. 51–67).
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). SAGE Publications.
- Emzir. (2021). *Metodologi penelitian pendidikan kuantitatif dan kualitatif: Revisi*. Rajawali Pers.
- Field, A. (2023). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (6th ed.). SAGE Publications.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
- Hayman, J. R. (2005). Psychometric properties of a scale measuring perceived work-life balance satisfaction. *Research and Practice in Human Resource Management*, 13(1), 89-102.
- Linn, R. L., & Gronlund, N. E. (2021). *Measurement and assessment in teaching* (12th ed.). Pearson.

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Adiati, R. (2016). *Psychological well-being guru PAUD di Surabaya menggunakan Ryff's Psychological Well-Being Scale*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Bayhaq, T. F., dkk. (2024). *Work-life balance, psychological well-being, and productivity: Evidence from Bank BJB Cibadak employees*. *Jurnal Psikologi Terapan Indonesia*.
- Darmawan, A., & Dwarawati, N. (2023). *Kontribusi work-life balance terhadap psychological well-being guru SLB di Bandung*. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 19(2), 145-160.
- Ekawati, E., dkk. (2025). *Masalah kesehatan mental dan burnout pada guru prasekolah perempuan di Semarang*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Pendidikan*.
- Firdauz, S., & Puspitadewi, N. W. S. (2025). *Work-life balance and psychological well-being among Gen Z employees in Gresik*. *Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 12(1), 77-89.
- Fitriani, L. (2020). *Psychological well-being guru dan implikasinya terhadap lingkungan belajar*. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(1), 55–66.
- Forster, M., dkk. (2025). *Teacher well-being and emotional responses in early childhood education*. *Early Childhood Research Quarterly*.
- Giarto, Y. (2024). *Hubungan antara work-life balance dan psychological well-being pada guru*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(2), 201–210.
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). *The relation between work–family balance and quality of life*. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 510–531.
- Gu, Q., & Day, C. (2013). *Challenges to teacher resilience: Conditions count*. *British Educational Research Journal*, 39(1), 22–44.
- Handayani, T., & Puspitasari, D. (2021). *Beban ganda perempuan dalam konteks budaya Indonesia*. *Jurnal Gender dan Sosial*, 8(1), 33–47.
- Hobfoll, S. E. (1989). *Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress*. *American Psychologist*, 44(3), 513–524.
- Jannah, M., & Adinda, R. (2022). *Kesejahteraan guru dan dampaknya pada perkembangan anak usia dini*. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Indonesia*, 6(1), 23–35.
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). *Culture and social support*. *American Psychologist*, 63(6), 518–526.
- Lestari, S., & Sawitri, D. R. (2017). *Konflik peran ganda dan kesejahteraan*

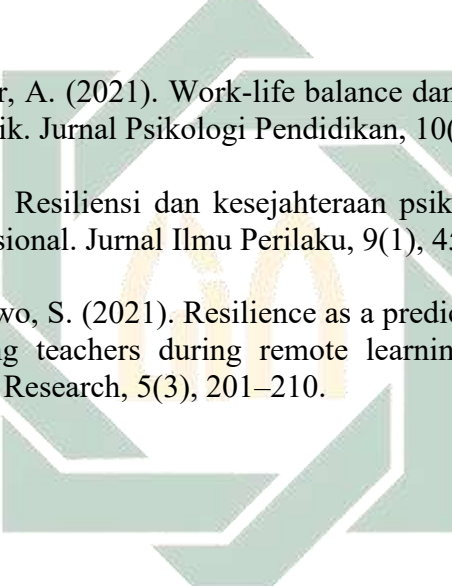
- subjektif karyawan*. Jurnal Psikologi, 44(1), 45–58.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). *The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work*. Child Development, 71(3), 543–562.
- Mazerolle, S. M., Burton, L. J., & Cotrufo, R. J. (2018). *The impact of work-life balance on job satisfaction and burnout*. Journal of Athletic Training, 53(3), 281–290.
- Min, H. (2016). *Resilience as a buffer in the relationship between work-life conflict and well-being*. Journal of Occupational Health Psychology, 21(1), 34–47.
- Muhdi. (2023). *PGRI Jateng: Tiga permasalahan utama guru TK dan PAUD*. Suara Merdeka.
- Nofriza, F., Karosekali, E., & Rifat, R. (2025). *Survei psychological well-being guru TK di DKI Jakarta*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 20(1), 88–97.
- Nurfadilah, A. (2022). *Resiliensi sebagai prediktor psychological well-being pada guru honorer di Jakarta*. Jurnal Psikologi, 49(2), 67–75.
- Penanazilah. (2024, September). *Rendahnya kesejahteraan guru PAUD dan dampaknya terhadap fokus mengajar*. Kompasiana.
- Pramesti, R., & Hidayat, D. (2023). *Resiliensi dan psychological well-being pada guru SD di Bandung*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 18(2), 150–162.
- Prasetyo, D. (2022). *Work-life balance dan implikasinya pada guru PAUD*. Jurnal Manajemen Pendidikan, 9(2), 112–124.
- Rahmawati, N., & Anindita, R. (2021). *Peran guru TK dalam membentuk karakter anak usia dini*. Jurnal Pendidikan, 7(1), 1–9.
- Rahmawati, Y., & Yusuf, E. (2021). *Resiliensi dan kesejahteraan psikologis perawat di Surabaya*. Jurnal Keperawatan Indonesia, 24(3), 177–184.
- Rosatyani, A. (2016). *Psychological well-being guru PAUD Surabaya berdasarkan Ryff's Scale*. Universitas Negeri Surabaya.
- Saleh, A. Y., & Kurniawati, F. (2024). *Factors influencing the well-being of primary school teachers in Indonesia: A pilot study*. Indonesian Journal of Educational Research, 12(1), 33–44.
- Sari, R., & Hidayati, D. (2020). *Resiliensi dalam konteks guru honorer Indonesia*. Jurnal Psikologi, 47(2), 90–101.
- Sari, Y., & Munandar, A. (2020). *Resiliensi dan psychological well-being pada dosen perguruan tinggi swasta di Semarang*. Jurnal Psikologi Terapan, 10(2), 211–221.
- Susanto, A. (2021). *Kurikulum Merdeka dan implikasinya pada guru TK*. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 8(2), 143–157.
- Utami, N., & Hidayat, D. (2020). *Resiliensi dan psychological well-being guru honorer*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 16(1), 72–84.

- Umar Hanafi. (2025, Januari 7). *Tunjangan bankes guru PAUD Pati hanya Rp100 ribu*. Murianews.
- Wahyuni, A. (2025). *Work-life balance dan psychological well-being guru SMK Negeri 2 Pangkalpinang*. Jurnal Psikologi Terapan, 15(1), 55–67.
- Wulandari, N., & Dewi, R. (2022). *Resiliensi dan psychological well-being guru PAUD di Yogyakarta*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 14(2), 201–210.
- Wulansari, N., & Helmi, A. F. (2019). *Prediktor kelelahan emosional guru di Indonesia*. Jurnal Psikologi Sosial, 17(1), 45–57.
- Hasanah, N. (2021). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Purnama, D. S., Farozin, M., & Astuti, B. (2022). Adaptasi dan validasi skala *Psychological Well-Being Ryff* pada konteks mahasiswa Indonesia. *Indonesian Journal of Educational Psychology*, 11(2), 145–158.*
- Susanto, R., Pratama, A., & Hidayat, F. (2022). The impact of work-life balance on job satisfaction and employee performance in SMEs. *Frontiers in Psychology*, 13, 906876. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.906876>
- Greenhaus, J. H., & Allen, T. D. (2011). Work–family balance: A review and extension of the literature. *Journal of Management*, 37(1), 17–37. <https://doi.org/10.1177/0149206310389298>
- Haar, J. M., Russo, M., Suñe, A., & Ollier-Malaterre, A. (2014). Outcomes of work–life balance on job satisfaction, life satisfaction and mental health: A study across seven cultures. *Journal of Vocational Behavior*, 85(3), 361–373. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.08.010>
- Tu, Z., Zhang, W., & Liu, J. (2023). *Psychometric properties of the 10-item Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10): Evidence from a Chinese military sample*. Frontiers in Psychology, 14, 1163382. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1163382>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). *Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*. Depression and Anxiety, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Andriani, S., Prasetyo, R., & Nugraha, A. (2023). *Applied Multiple Linear Regression in Social Sciences Research*. Yogyakarta: Deepublish.
- Astuti, F., Rahma, D., & Wulandari, A. (2023). Validitas dan reliabilitas alat ukur psikologis: Pendekatan korelasi Pearson. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 14(2), 122–133.
- Fadilah, S., & Yusuf, I. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Prenada Media.

- Hidayah, R., Putra, A., & Lestari, M. (2023). Analisis reliabilitas instrumen penelitian menggunakan Cronbach's Alpha. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(1), 55–64.
- Pratama, R., & Nugroho, B. (2023). Validasi alat ukur psikologi dalam penelitian kuantitatif. *Jurnal Psikometrika*, 5(1), 78–90.
- Putri, M., & Kurniawan, E. (2022). Pengujian reliabilitas skala sikap menggunakan Cronbach's Alpha. *Jurnal Riset Psikologi Terapan*, 6(3), 210–219.
- Sari, L., & Rahman, Y. (2021). Uji reliabilitas dan validitas dalam pengembangan instrumen penelitian sosial. *Jurnal Ilmu Sosial*, 7(2), 98–107.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Fadillah, N., Sari, M., & Wicaksono, R. (2023). Analisis normalitas dalam regresi linier berganda menggunakan Kolmogorov-Smirnov. *Jurnal Statistika Terapan*, 7(2), 155–164.
- Fauziah, A., & Hidayat, R. (2021). Penerapan uji multikolinearitas dalam penelitian sosial. *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial*, 9(1), 88–97.
- Kurniawan, A., & Amelia, D. (2023). Deteksi dan penanganan heteroskedastisitas dalam model regresi. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 15(3), 203–215.
- Putra, Y., & Ramadhani, F. (2022). Penerapan uji asumsi klasik dalam analisis regresi: Studi empiris pada sektor industri. *Jurnal Riset Ekonomi dan Bisnis*, 11(4), 342–351.
- Putri, E., & Satriawan, M. (2023). Pendekatan uji Glejser dan scatterplot dalam mendeteksi heteroskedastisitas. *Jurnal Ekonomi Terapan*, 12(1), 45–54.
- Clark, S. C. (2020). Work/family border theory and the dynamics of work–life balance. *Journal of Vocational Behavior*, 118, 103396. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103396>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Sirgy, M. J., & Lee, D. J. (2021). Work-life balance: An integrative review. *Applied Research in Quality of Life*, 16(3), 1201–1223. <https://doi.org/10.1007/s11482-019-09748-1>
- Tu, Z., Zhang, W., & Liu, J. (2023). Psychometric properties of the 10-item Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10): Evidence from a Chinese military sample. *Frontiers in Psychology*, 14, 1163382. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1163382>

- Darmawan, F., & Dwarawati, N. (2023). *Kontribusi Work-Life Balance terhadap Psychological Well-Being Guru SLB*. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 12(2), 87–98.
- Wahyuni, L. (2025). *Work-Life Balance dan Psychological Well-Being pada Guru SMK di Surabaya*. *Jurnal Psikodinamika*, 7(1), 45–57.
- Rosita, T. (2021). *Psychological Well-Being Guru Pendidikan Anak Usia Dini Kota Bandung pada Masa Pandemi COVID-19*. *Jurnal Tunas Siliwangi*, 7(2), 33–42.
- Wulandari, N., & Dewi, A. (2022). *Resiliensi dan Psychological Well-Being Guru PAUD di Yogyakarta*. *Jurnal Psikologi Terapan*, 10(3), 211–223.
- Pramesti, R., & Hidayat, M. (2023). *Pengaruh Resiliensi terhadap Dimensi Psychological Well-Being Guru Sekolah Dasar di Bandung*. *Jurnal Empati Psikologi*, 9(2), 130–142.
- Park, H., & Lee, J. (2022). *Work-Life Balance and Teacher Well-Being: Evidence from Kindergarten Educators in South Korea*. *Frontiers in Psychology*, 13, 950213. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.950213>
- Kim, S., & Lim, H. (2022). *Resilience, Burnout, and Psychological Well-Being among Early Childhood Teachers in Korea*. *Early Education and Development*, 33(7), 1109–1123. <https://doi.org/10.1080/10409289.2021.2005623>
- Beltman, S., Mansfield, C. F., & Price, A. (2021). *Thriving, Not Just Surviving: A Review on Teacher Resilience and Psychological Well-Being*. *Educational Research Review*, 6(3), 185–207. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100411>
- Chinna, K., & Yusoff, M. (2021). *Work-Life Balance, Resilience, and Well-Being among Preschool Teachers in Malaysia*. *Asian Journal of Education and Training*, 7(4), 253–260. <https://doi.org/10.20448/journal.522.2021.74.253.260>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). *Eudaimonic Well-Being and Teacher Flourishing: Theoretical Foundations and Practical Implications*. *Journal of Positive Psychology*, 15(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1689416>
- Zhi, R., & Derakhshan, A. (2024). *Modelling the interplay between resilience, emotion regulation and psychological well-being among Chinese English language teachers*. *European Journal of Education Research, Development and Policy*.

- Rean, A. A., Stavtsev, A. A., & Kuzmin, R. G. (2021). Positive psychology approach as a factor of stimulating psychological well-being and reducing the risks of professional burnout of a teacher. *Psychology in Education*.
- El-Sayed, N. (2022). The role of psychological resilience in reducing psychological stress among teachers. *Journal of Education and Health Promotion*, 11(1), 290
- Fauziah, N., Nurhastuti, & Astari, R. (2022). Work-life balance dan kesejahteraan psikologis pada pekerja sektor pelayanan. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 145–156.
- Giarto, A., & Sarajar, A. (2021). Work-life balance dan psychological well-being pada pendidik. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(1), 25–35.
- Hasanah, U. (2022). Resiliensi dan kesejahteraan psikologis pada guru: Sebuah studi korelasional. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 9(1), 45–56.
- Lestari, A., & Wibowo, S. (2021). Resilience as a predictor of psychological well-being among teachers during remote learning. *Indonesian Journal of Educational Research*, 5(3), 201–210.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A