

STRATEGI PENGEMBANGAN KEPERIBADIAN POSITIF GURU DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PENDIDIKAN

Mursidin¹, Muhamad Reza Atqia², Adelia Aprilianti³, Annisa Yasfa Azzahra⁴, Nabila Rahma Aulia⁵

^{1,3,4,5}JIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia

²Sekolah Tinggi Ilmu Syariah As-Sa'adah Sukasari Sumedang, Indonesia

Email Koresponden: adelliaaprilianti02@gmail.com^{3*}

Email penulis: mursidin@uinsgd.ac.id¹, atqiareza@gmail.com², annisayasfaaa@gmail.com⁴, nabilarahmaaulia24@gmail.com⁵

ABSTRACT

This study aims to examine the concept of teachers' positive personality as explained in educational psychology, the strategies recommended by educational psychology for developing teachers' positive personality, the psychological factors influencing the success of positive personality development in teachers, and the implications of implementing positive personality development strategies for the effectiveness of the learning process in schools. This research employs a descriptive qualitative approach to explain methods for developing teachers' positive personality through an in-depth analysis of various educational psychology literature. Primary data were obtained from books and key publications related to teachers' personality, while secondary data were sourced from supporting academic journals and documents. Data collection was conducted through documentation and library research. Data analysis employed content analysis with thematic categorization and conceptual understanding to construct a systematic description of strategies for developing teachers' personalities. The findings indicate that teachers' positive personality is an important psychological competence that can be developed through positive psychology, self-regulation, behavioral habituation, a humanistic approach, and professional reflection. Its success is influenced by internal factors such as emotional regulation, self-efficacy, intrinsic motivation, and readiness, as well as external factors including social support. The consistent implementation of these strategies helps teachers create a conducive learning environment, enhances students' motivation, strengthens interpersonal relationships, and encourages innovation, thereby positively impacting school culture and students' character development.

Keywords: Teacher, Personality, Education, Development, Positive, Psychology, Strategy

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep kepribadian positif guru dijelaskan dalam kajian psikologi pendidikan, strategi yang direkomendasikan psikologi pendidikan dalam mengembangkan kepribadian positif guru, faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi keberhasilan pengembangan kepribadian positif pada guru, dan implikasi penerapan strategi pengembangan kepribadian positif guru terhadap efektivitas proses pembelajaran di sekolah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menjelaskan strategi pengembangan kepribadian positif guru melalui analisis mendalam terhadap berbagai literatur psikologi pendidikan. Data primer diperoleh dari buku dan publikasi utama terkait kepribadian guru, sedangkan data sekunder berasal dari jurnal dan dokumen akademik pendukung. Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dan kepustakaan. Analisis data menggunakan analisis isi dengan proses kategorisasi tematik dan pemahaman konsep untuk menyusun deskripsi sistematis mengenai strategi pengembangan kepribadian guru. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepribadian positif guru merupakan kompetensi psikologis penting yang dapat dikembangkan melalui psikologi positif, regulasi diri, pembiasaan perilaku, pendekatan humanistik, dan refleksi profesional. Keberhasilannya dipengaruhi faktor internal seperti regulasi emosi, self-efficacy, motivasi intrinsik, kesiapan, dan faktor eksternal berupa dukungan sosial. Penerapan strategi yang konsisten membantu guru menciptakan suasana belajar kondusif, meningkatkan motivasi siswa, memperkuat hubungan interpersonal, serta mendorong inovasi, sehingga berdampak positif bagi budaya sekolah dan karakter siswa.

Kata Kunci: Guru, Kepribadian, Pendidikan, Pengembangan, Positif, Psikologi, Strategi

Cara sitasi: Mursidin., Atqia, M. R., Aprilianti, A., Azzahra, A. Y., & Aulia, N.R. (2026). Strategi pengembangan kepribadian positif guru dalam perspektif psikologi pendidikan. *J-KIP (Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan)*, 7 (1), 435-447.

PENDAHULUAN

Kepribadian guru merupakan salah satu aspek utama yang menentukan keberhasilan proses pendidikan. Pada zaman sekarang, guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai teladan yang menanamkan nilai, sikap, serta karakter positif kepada peserta didik. Berbagai tantangan seperti tekanan beban kerja, perubahan kurikulum yang cepat, tuntutan kompetensi abad 21, serta dorongan sosial emosional peserta didik menjadi pengaruh konsistensi kepribadian guru dalam menjalankan tugasnya. Kondisi ini membutuhkan strategi yang dapat membantu guru mengembangkan kepribadian positif secara berkelanjutan. Oleh karena itu, penelitian mengenai Strategi Pengembangan Kepribadian Positif Guru dalam Perspektif Psikologi Pendidikan menjadi sangat relevan untuk memberikan pemahaman yang lebih lengkap mengenai bagaimana kepribadian guru dapat dibentuk, dipelihara, dan ditingkatkan berdasarkan prinsip-prinsip psikologis.

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kepribadian guru memiliki pengaruh signifikan terhadap motivasi belajar dan perilaku siswa. Pramesti (2025) menemukan bahwa kepribadian positif, khususnya aspek integritas dan stabilitas emosional, memberikan dampak langsung pada kemampuan guru dalam menciptakan lingkungan belajar kondusif. Menurut Rohmani (2024) dalam bukunya menjelaskan bahwa pengembangan karakter guru dapat dilakukan melalui pelatihan regulasi emosi dan program penguatan empati berbasis psikologi humanistik. Selanjutnya, kajian dari Sukoyo dan Juhji (2021) menyoroti bahwa guru dengan kepribadian positif cenderung memiliki tingkat kepuasan kerja yang lebih tinggi dan mampu membangun hubungan interpersonal yang sehat di sekolah. Sama seperti yang dikatakan oleh Rahmadini dkk (2025) bahwa praktik refleksi diri dan konseling pendidikan menjadi salah satu pendekatan efektif untuk menumbuhkan kesadaran diri pada guru. Selain itu, penelitian oleh Hakim (2024) menunjukkan bahwa strategi pengembangan kompetensi sosial-emosional guru secara kontinyu berhubungan dengan peningkatan kompetensi mengajar.

Studi-studi tersebut memberikan gambaran bahwa pengembangan kepribadian guru telah banyak dikaji dari aspek pelatihan, emosi, maupun hubungan interpersonal, namun sebagian besar masih berfokus pada elemen kompetensi profesional guru secara umum. Kebanyakan kajian cenderung menekankan pada aspek karakter atau moral, bukan pada strategi yang sistematis dan aplikatif berbasis psikologi pendidikan yang dapat diterapkan guru dalam konteks keseharian di sekolah. Dengan demikian, pengembangan kepribadian guru dari perspektif psikologi pendidikan menjadi peluang untuk menghadirkan kajian yang lebih mendalam.

Kesenjangan penelitian ini terletak pada sedikitnya kajian yang mengidentifikasi secara terstruktur strategi pengembangan kepribadian positif guru dengan menggunakan pendekatan psikologi pendidikan secara langsung. Beberapa penelitian cenderung deskriptif dan hanya menggambarkan karakter guru ideal tapi tidak menjelaskan mekanisme psikologis yang dapat digunakan untuk mencapainya. Selain itu, belum banyak studi yang memadukan teori-teori psikologi pendidikan dengan praktik pengembangan kepribadian yang relevan dengan tantangan pendidikan masa kini. Maka, penelitian ini diperlukan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan membangun kerangka strategi yang lebih integratif.

Novelty atau kebaruan dari penelitian ini terletak pada penyusunan strategi pengembangan kepribadian positif guru melalui integrasi berbagai teori psikologi pendidikan, seperti psikologi positif, pendekatan humanistik, mekanisme penguatan perilaku, dan konsep regulasi diri. Pendekatan ini tidak hanya menekankan aspek normatif mengenai karakter guru, tetapi juga menampilkan langkah-langkah yang dapat diimplementasikan guru dalam proses refleksi diri, pengelolaan emosi, interaksi sosial, serta pengembangan kebiasaan positif. Dengan demikian, penelitian ini memberikan perspektif baru yang lebih holistik dalam memahami bagaimana kepribadian guru dapat dibentuk secara berkelanjutan.

Dampak dari penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan kajian psikologi pendidikan, tetapi juga manfaat praktis bagi guru, lembaga pendidikan, dan

pengambil kebijakan. Hasil penelitian dapat menjadi acuan dalam merancang program pelatihan guru berbasis psikologi pendidikan yang lebih relevan dengan kebutuhan emosional, sosial, dan kognitif guru masa kini. Selain itu, strategi yang dikembangkan dapat membantu guru meningkatkan kualitas hubungan dengan siswa, memperkuat keteladanan, serta menciptakan suasana pembelajaran yang lebih positif. Pada akhirnya, penelitian ini berpotensi memberikan kontribusi pada peningkatan kualitas pendidikan secara menyeluruh melalui penguatan kepribadian positif guru sebagai aktor utama dalam proses pendidikan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan menggambarkan secara mendalam strategi pengembangan kepribadian positif guru dalam perspektif psikologi pendidikan berdasarkan data yang diperoleh dari berbagai sumber. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memahami fenomena secara komprehensif melalui interpretasi makna yang muncul dari data teks. Sementara itu, sifat deskriptif dari penelitian ini diarahkan untuk memaparkan temuan secara sistematis, melainkan memberikan deskripsi konseptual tentang strategi dan mekanisme psikologis yang relevan dalam pengembangan kepribadian positif guru. Fokus penelitian berada pada penggalian konsep, teori, dan praktik psikologi pendidikan yang berkaitan dengan kepribadian guru berdasarkan sumber literatur ilmiah.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui literatur utama seperti buku teks psikologi pendidikan, teori kepribadian, dan publikasi ilmiah yang secara langsung membahas konsep pengembangan kepribadian guru, prinsip psikologi positif, regulasi diri, dan pendekatan humanistik dalam pendidikan. Sedangkan data sekunder mencakup artikel jurnal ilmiah, karya ilmiah mahasiswa, laporan penelitian, serta dokumen-dokumen akademik lainnya yang mendukung relevansi pembahasan. Data sekunder ini digunakan sebagai pendukung untuk memperkaya perspektif serta memperluas pemahaman tentang topik yang diteliti. Dengan demikian, kombinasi kedua jenis data tersebut memungkinkan penyusunan analisis yang lebih komprehensif dan mendalam.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan studi dokumentasi dan studi kepustakaan. Studi dokumentasi dilakukan dengan menelusuri berbagai teks akademik seperti buku, jurnal, laporan penelitian, dan dokumen resmi yang berkaitan dengan kepribadian guru serta teori psikologi pendidikan. Proses ini mencakup pemilihan literatur yang relevan, membaca secara intensif, mencatat informasi penting, serta mengidentifikasi konsep-konsep utama yang berkaitan dengan strategi pengembangan kepribadian positif. Studi kepustakaan dilakukan secara sistematis melalui penelusuran database ilmiah seperti Google Scholar, Connected papers, dan portal jurnal lainnya, sehingga peneliti dapat memperoleh gambaran menyeluruh mengenai temuan sebelumnya dalam bidang ini.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi (content analysis) dengan langkah- langkah: (1) mengumpulkan dan mengorganisasi literatur relevan, (2) membaca dan memahami isi secara menyeluruh, (3) melakukan kategorisasi tematik berdasarkan teori psikologi pendidikan, seperti psikologi positif, behaviorisme, dan humanistik, (4) menginterpretasikan data untuk menemukan pola, konsep, dan strategi yang terkait dengan pengembangan kepribadian positif guru, serta (5) menyusun temuan dalam bentuk deskripsi yang runtut dan koheren. Analisis isi memungkinkan peneliti menafsirkan makna mendalam dari teks sehingga dapat menghasilkan pemetaan strategi pengembangan kepribadian guru secara sistematis dan berbasis teori psikologis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Konsep Kepribadian Positif Guru Dijelaskan dalam Kajian Psikologi Pendidikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep kepribadian positif guru dalam konteks psikologi pendidikan tidak hanya dipahami sebagai kumpulan sifat atau karakter yang melekat pada diri guru, melainkan sebagai seperangkat kompetensi psikologis yang memungkinkan peran guru menjadi lebih baik dalam lingkup pendidikan (Azzahra & Darmiyanti, 2024). Kepribadian positif guru mencakup kemampuan

menelola emosi, memiliki sikap mental yang sehat, menjalin hubungan interpersonal yang konstruktif, serta menunjukkan perilaku yang konsisten dengan nilai-nilai moral dan etika profesi (Prayoga dkk. 2024). Dalam kajian psikologi pendidikan, kepribadian guru merupakan faktor internal yang sangat memengaruhi proses pembelajaran, motivasi siswa, serta suasana kelas secara keseluruhan. Hasil telaah literatur memperlihatkan bahwa kepribadian positif tidak hanya diartikan sebagai bawaan atau sifat yang terbentuk sejak kecil, melainkan sesuatu yang dapat dikembangkan melalui proses berlatih, pengalaman, dan refleksi diri secara berkelanjutan (Ningsih & Rizki, 2024).

1. Kepribadian Positif Guru dari Perspektif Psikologi Positif

Psikologi positif memandang kepribadian guru sebagai kombinasi dari kekuatan karakter (*character strengths*), kebajikan (*virtues*), dan kemampuan untuk menumbuhkan kondisi emosional yang sehat. Melalui pandangan ini, kepribadian positif guru mencakup sikap optimisme, empati, kemampuan memaafkan, ketangguhan (*resilience*), dan integritas. Kepribadian positif yang dimiliki guru dianggap mampu menghadapi tantangan pembelajaran dengan sikap terbuka serta memaksimalkan kemampuan diri dan peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan psikologi positif membantu guru memahami bahwa karakter positif tidak muncul secara spontan, tetapi dapat dilatih melalui praktik seperti *self-reflection*, *mindfulness*, dan evaluasi diri terhadap perubahan emosional sehari-hari (Purnomo & Widodo, 2022). Dalam konteks pembelajaran, guru yang menggunakan prinsip psikologi positif cenderung lebih mampu menciptakan suasana kelas yang hangat dan mendukung perkembangan sosial-emosional siswa. Hal ini sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa guru yang memiliki emosi positif lebih efektif dalam memotivasi siswa, menumbuhkan semangat belajar, dan mengurangi perilaku negatif di kelas (Nurhasanah dkk., 2024). Dengan demikian, kepribadian positif guru dipandang sebagai modal utama untuk membangun lingkungan belajar yang kondusif.

2. Perspektif Behavioristik dalam Pembentukan Kepribadian Positif

Psikologi pendidikan juga melihat kepribadian guru dari perspektif behavioristik, yang menekankan bahwa kepribadian dibentuk melalui proses pembiasaan, penguatan (*reinforcement*), dan kontrol perilaku (Anggraeni & Astuti, t.t.). Dalam pendekatan ini kepribadian positif guru bukan hanya sifat internal saja, tetapi dipahami sebagai pola perilaku yang konsisten ditampilkan dalam berbagai situasi pembelajaran. Guru yang menunjukkan ketegasan, kedisiplinan, kesabaran, serta kemampuan memberikan penghargaan atau konsekuensi secara tepat dianggap memiliki kepribadian positif yang mendukung efektivitas pembelajaran (Sholehah, t.t.).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi penguatan perilaku seperti pemberian *positive reinforcement* dapat membantu guru mempertahankan perilaku positif, misalnya konsisten dalam bersikap, kemampuan mengelola kelas, serta menciptakan hubungan yang harmonis dengan siswa. Konsep ini menegaskan bahwa kepribadian positif tidak hanya bersumber dari internal gurunya saja, tetapi juga hasil dari interaksi guru dengan lingkungan sosial dan budaya sekolah (Saragih dkk. 2023). Dengan demikian, pendekatan behavioristik memberikan pemahaman bahwa kepribadian positif dapat dibentuk melalui kebiasaan yang dilakukan secara terus-menerus atau berulang dengan dukungan sistem pembelajaran yang tepat.

3. Pendekatan Humanistik dan Pengembangan Kepribadian Guru

Pendekatan humanistik dalam psikologi pendidikan yang dipelopori oleh tokoh seperti Carl Rogers dan Abraham Maslow memberikan landasan filosofis bahwa guru adalah individu yang memiliki kebutuhan untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Kepribadian positif guru dipandang sebagai hasil dari pencapaian aktualisasi diri, yaitu kondisi ketika individu mampu meraih potensi tertinggi dirinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru yang mampu mengembangkan diri secara psikologis biasanya memiliki ciri-ciri seperti penerimaan diri, komunikasi yang baik, empati, serta kemampuan untuk menghargai keberagaman siswa. Di dalam kelas, guru dengan pendekatan humanistik menciptakan suasana emosional

yang aman, memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengekspresikan diri, dan menunjukkan perhatian terhadap kebutuhan psikologis peserta didik (Nur'aeni dkk., 2024). Pendekatan humanistik juga menekankan pentingnya hubungan antara guru dan siswa. Hubungan yang positif menjadi faktor kunci terciptanya pembelajaran yang efektif. Oleh karena itu, kepribadian positif guru tidak hanya dipahami sebagai kondisi internal, tetapi sebagai kemampuan untuk menciptakan relasi yang mendukung pertumbuhan siswa sebagai manusia yang utuh.

4. Regulasi Diri sebagai Inti Kepribadian Positif Guru

Dalam psikologi pendidikan kontemporer, konsep regulasi diri (*self-regulated behavior*) menjadi salah satu aspek utama dalam pengembangan kepribadian guru. Guru yang memiliki kemampuan regulasi diri mampu mengontrol emosi, mengelola stres, membuat keputusan yang tepat, serta menjaga konsistensi perilaku dalam situasi tertekan sekalipun (Ayu, 2021). Hasil penelitian memperlihatkan bahwa regulasi diri berkaitan erat dengan kemampuan guru dalam mengelola kelas, membangun komunikasi efektif, dan memberikan teladan positif bagi siswa.

Regulasi diri juga membantu guru menjaga keseimbangan antara tuntutan profesional dengan tekanan psikologis sehari-hari. Dalam konteks pendidikan modern yang sangat dinamis, kemampuan ini menjadi sangat penting agar guru dapat menjalankan tugas dengan stabil (Aulizalsini dkk., 2024). Temuan penelitian menunjukkan bahwa guru yang secara rutin melakukan refleksi diri akan lebih mudah menilai kelebihan maupun kekurangan dirinya, sehingga dapat mengambil langkah strategis untuk meningkatkan kualitas kepribadian dan praktik pembelajaran.

5. Integrasi Teori Kepribadian dalam Konteks Pendidikan

Hasil telaah menunjukkan bahwa konsep kepribadian positif guru bukanlah konsep tunggal, melainkan integrasi dari berbagai perspektif psikologi pendidikan. Kepribadian positif dipahami sebagai konstruk multidimensi yang mencakup aspek emosional, kognitif, sosial, moral, dan perilaku (Nelsi dkk., 2022). Maka dari itu, kepribadian positif guru adalah hasil gabungan antara kekuatan karakter, pola perilaku yang konsisten, hubungan interpersonal yang sehat, kemampuan regulasi diri, serta kesadaran moral yang kuat.

Dalam perspektif psikologi pendidikan kepribadian positif guru tidak berdiri sendiri, melainkan sangat terikat dengan kualitas interaksi belajar, motivasi siswa, suasana kelas, hingga hasil pembelajaran. Guru dengan kepribadian positif cenderung menjadi role model yang kuat dalam pembentukan karakter siswa (Arfaiza dkk., 2025). Hal ini menunjukkan bahwa pengembangan kepribadian guru bukan sekadar kebutuhan individual, tetapi juga bagian penting dari keberhasilan pendidikan secara menyeluruh.

B. Strategi yang Direkomendasikan oleh Psikologi Pendidikan dalam Mengembangkan Kepribadian Positif Guru

Dalam sebuah penelitian menunjukkan hasil bahwa psikologi pendidikan menyediakan berbagai strategi komprehensif dan aplikatif yang dapat digunakan untuk mengembangkan kepribadian positif guru. Tidak hanya berfokus pada perubahan perilaku strategi tersebut, juga mencakup penguatan aspek emosional, kognitif, moral, dan sosial yang memengaruhi identitas profesional guru. Setelah menelaah melalui beberapa studi literatur baik dari jurnal maupun buku, terdapat sejumlah hasil pendekatan psikologi pendidikan yang relevan, yaitu seperti strategi berbasis psikologi positif, regulasi diri, pendekatan humanistik, penguatan perilaku, serta strategi refleksi profesional. Kontribusi yang diberikan dari setiap strategi tentunya berbeda, namun saling melengkapi seperti dalam membentuk kepribadian positif yang stabil dan berkelanjutan.

1. Strategi Berbasis Psikologi Positif untuk Membangun Sikap dan Emosi Guru

Psikologi positif memberikan landasan penting bagi pengembangan kepribadian guru yang berorientasi pada kekuatan karakter. Hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu strategi utama adalah

fokus pada pengembangan karakter (*character strengths*) seperti integritas, empati, optimisme, dan ketangguhan emosional. Guru yang belajar mengakui kekuatan dirinya cenderung memiliki motivasi lebih tinggi dalam berinteraksi dengan siswa dan menghadapi tantangan pembelajaran.

Strategi psikologi positif juga menekankan penggunaan praktik *mindfulness* untuk membantu guru meningkatkan kesadaran diri dan mengolah emosi secara sehat. *Mindfulness* membantu guru mengurangi stres, meningkatkan kemampuan fokus, serta mengembangkan kemampuan respon yang lebih matang dalam situasi kelas yang menegangkan. Literatur menunjukkan bahwa guru yang mempraktikkan *mindfulness* secara teratur mengalami peningkatan regulasi emosi, yang berdampak pada peningkatan kualitas hubungan dengan siswa dan rekan kerja.

Selain itu, psikologi positif merekomendasikan strategi *gratitude practice* atau latihan rasa syukur. Melalui pencatatan harian terkait momen positif saat mengajar, guru dapat menumbuhkan pola pikir positif (*positive mindset*) yang menjadi dasar penting dalam pembentukan kepribadian positif. Sikap mental seperti ini membantu guru memandang setiap tantangan sebagai peluang pengembangan diri.

2. Strategi Regulasi Diri dalam Pembentukan Kepribadian Positif Guru

Strategi regulasi diri merupakan bagian penting dalam psikologi pendidikan, terutama bagi guru yang harus menghadapi dinamika kelas secara terus-menerus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru membutuhkan kemampuan untuk mengontrol pikiran, emosi, dan tindakan agar tetap sesuai dengan nilai profesionalisme. Strategi regulasi diri meliputi:

- a. Pengaturan emosi (*emotional regulation*) melalui latihan identifikasi pemicu stres, teknik pernapasan, dan reframing kognitif.
- b. Pengelolaan waktu dan manajemen beban kerja, yang membantu guru menemukan keseimbangan antara profesional dan pribadi.
- c. Penetapan tujuan pribadi dan profesional (*self-goal setting*) yang jelas untuk pengembangan karakter, seperti meningkatkan kesabaran, kedisiplinan, atau empati.
- d. *Self-monitoring*, yaitu memantau perilaku dan kebiasaan guru setiap hari untuk menilai kemajuan kepribadian.

Penelitian menunjukkan bahwa guru yang menerapkan regulasi diri memiliki kepribadian yang lebih matang, stabil, serta mampu menghindari reaksi impulsif dalam situasi kelas yang menantang. Regulasi diri juga meningkatkan kemampuan guru menjadi teladan bagi siswa, karena mereka memperlihatkan kontrol diri dan ketenangan dalam menghadapi masalah.

3. Pendekatan Humanistik dan Penguatan Hubungan Interpersonal Guru

Pendekatan humanistik memandang guru sebagai individu yang memiliki kebutuhan untuk berkembang, dihargai, dan didukung secara emosional. Oleh karena itu, strategi yang disarankan dalam psikologi humanistik berfokus pada pengembangan hubungan interpersonal yang sehat. Strategi utama dalam pendekatan humanistik meliputi:

- a. Pembentukan komunikasi empatik, yaitu kemampuan guru untuk mendengarkan siswa dengan penuh perhatian dan memahami sudut pandang mereka.
- b. Penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*) terhadap siswa, yang membantu guru membangun lingkungan kelas yang inklusif dan penuh penghargaan.
- c. Pengembangan autentisitas dalam mengajar, di mana guru tidak sekadar memerankan jabatan profesional, tetapi menunjukkan diri sebagai pribadi yang jujur, terbuka, dan dapat dipercaya.

Hasil penelitian menyatakan bahwa guru dengan pendekatan humanistik cenderung memiliki hubungan yang lebih baik dengan siswa, rekan guru, dan kepala sekolah. Hubungan interpersonal yang kuat ini mendukung pengembangan kepribadian positif karena guru merasa dihargai, memiliki dukungan emosional, dan dapat bertumbuh sebagai profesional.

4. Strategi Behavioristik untuk Pembiasaan Perilaku Positif Guru

Dari perspektif behavioristik, kepribadian positif dapat dibentuk melalui mekanisme pengulangan dan penguatan perilaku. Strategi ini menekankan bahwa perilaku positif dapat dipertahankan apabila diberikan *reinforcement* atau penguatan yang tepat. Strategi penguatan perilaku yang direkomendasikan meliputi:

- a. *Self-reinforcement*, yaitu memberikan penghargaan kepada diri sendiri setelah berhasil mengendalikan emosi atau menunjukkan sikap positif tertentu.
- b. *Peer reinforcement*, melalui dukungan rekan kerja dalam memberi umpan balik positif terhadap perilaku profesional guru.
- c. *Environmental structuring*, yaitu pengaturan lingkungan belajar yang kondusif untuk perilaku positif, seperti penggunaan catatan pengingat, kalender refleksi, atau rutinitas kelas tertentu.

Pendekatan ini membantu guru membentuk kebiasaan yang konsisten dalam bersikap tenang, adil, disiplin, dan tanggung jawab. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa pengulangan perilaku dalam lingkungan yang mendukung mampu menghasilkan perubahan kepribadian yang berkelanjutan.

5. Strategi Refleksi Profesional sebagai Dasar Pengembangan Kepribadian

Refleksi profesional merupakan salah satu strategi penting dalam pengembangan kepribadian guru menurut psikologi pendidikan. Melalui refleksi, guru dapat memahami dirinya secara lebih mendalam, mengevaluasi pengalaman mengajar, dan menilai apakah perilaku yang ditampilkan sudah mencerminkan kepribadian positif yang diinginkan. Strategi refleksi meliputi:

- a. Jurnal refleksi, di mana guru menulis pengalaman harian, tantangan, dan perubahan sikap yang dialami.
- b. Diskusi reflektif dengan rekan sejawat (*peer reflection*) untuk saling memberi masukan mengenai sikap dan perilaku profesional.
- c. Analisis diri berdasarkan indikator kompetensi kepribadian, seperti kedewasaan emosional, kejujuran, integritas, dan keteladanan.

Penelitian menunjukkan bahwa refleksi menjadi sarana efektif untuk membantu guru menyadari kekuatan maupun kelemahannya, sehingga mendorong munculnya perubahan kepribadian yang lebih konstruktif.

C. Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Keberhasilan Pengembangan Kepribadian Positif pada Guru

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan kepribadian positif guru dipengaruhi oleh sejumlah faktor psikologis yang berperan secara kompleks dan saling terkait. Faktor-faktor tersebut tidak hanya mencakup kondisi internal guru seperti regulasi emosi, motivasi intrinsik, dan *self-efficacy*, tetapi juga faktor eksternal yang berkaitan dengan lingkungan sosial dan budaya sekolah. Dalam kajian psikologi pendidikan, kepribadian guru dipandang sebagai hasil dari interaksi antara aspek kognitif, afektif, dan perilaku yang dipengaruhi oleh pengalaman serta konteks pembelajaran. Oleh karena itu, keberhasilan pengembangan kepribadian positif guru tidak dapat dilepaskan dari penguatan faktor-faktor psikologis yang menopangnya.

1. Regulasi Emosi sebagai Fondasi Kepribadian Positif Guru

Regulasi emosi merupakan salah satu faktor psikologis terpenting yang menentukan keberhasilan pengembangan kepribadian positif guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru yang mampu mengelola emosi negatif, seperti stres, frustrasi, atau amarah, lebih mampu menampilkan perilaku profesional yang stabil dan konsisten. Dalam konteks sekolah, situasi yang tidak terduga seperti perilaku siswa yang sulit dikendalikan, tekanan administrasi, serta tuntutan sosial dari orang tua siswa sering kali menjadi pemicu stres. Guru yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik akan mampu merespon situasi tersebut secara bijaksana tanpa kehilangan kendali diri.

Dari perspektif psikologi pendidikan, kemampuan regulasi emosi terkait dengan mekanisme *self-awareness* dan *self-regulation* yang membantu guru mempertahankan ketenangan, berpikir jernih, dan mengambil keputusan

yang sesuai dengan nilai-nilai profesional. Guru dengan kemampuan regulasi emosi yang baik lebih mudah mengembangkan sifat sabar, empati, toleran, dan adil, yang merupakan komponen utama kepribadian positif dalam profesi pendidik. Selain itu, regulasi emosi berperan penting dalam menciptakan iklim belajar yang kondusif karena guru dapat mengurangi respon impulsif yang berpotensi menimbulkan konflik dengan siswa.

2. *Self-Efficacy* sebagai Penentu Keyakinan Diri Guru

Self-efficacy atau keyakinan diri guru terhadap kemampuannya memainkan peran penting dalam pengembangan kepribadian positif. Guru yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung percaya diri, mampu mengambil inisiatif, tidak mudah menyerah, dan memiliki orientasi pada pemecahan masalah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keyakinan diri memengaruhi cara guru memandang tantangan pembelajaran, sikap terhadap perubahan, serta kemampuannya mengembangkan pendekatan mengajar yang inovatif.

Psikologi pendidikan menjelaskan bahwa *self-efficacy* terbentuk melalui empat sumber utama: pengalaman keberhasilan sebelumnya, pengalaman vikarius melalui pengamatan terhadap guru lain, persuasi verbal atau dukungan dari lingkungan profesional, dan kondisi emosi guru. *Self-efficacy* yang kuat membuat guru lebih mudah mengembangkan karakter positif seperti ketangguhan (*resilience*), optimisme, dan kemampuan mengatasi hambatan. Guru yang percaya diri juga cenderung memiliki keterampilan komunikasi yang baik serta mampu menjalin hubungan yang sehat dengan peserta didik.

Sebaliknya, *self-efficacy* rendah dapat menghambat pengembangan kepribadian positif karena guru cenderung menghindari situasi yang menantang, mudah merasa tidak mampu, serta memiliki kecenderungan berpikir negatif. Dengan demikian, peningkatan *self-efficacy* merupakan faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pengembangan kepribadian positif guru.

3. Motivasi Intrinsik dalam Memperkuat Komitmen Profesional Guru

Motivasi intrinsik, yaitu dorongan internal untuk menjadi guru yang lebih baik, merupakan faktor psikologis lainnya yang memiliki pengaruh signifikan terhadap keberhasilan pengembangan kepribadian positif. Guru dengan motivasi intrinsik yang tinggi biasanya memiliki orientasi pelayanan, komitmen terhadap profesi, serta keinginan kuat untuk memberikan dampak positif bagi siswa. Dorongan semacam ini memicu guru untuk terus belajar, memperbaiki diri, dan mengembangkan sikap atau karakter yang mencerminkan profesionalisme.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik berkaitan erat dengan nilai-nilai personal guru, seperti panggilan jiwa (*calling*), moralitas, dan keinginan untuk memberi teladan. Guru yang memiliki motivasi intrinsik kuat cenderung menunjukkan kesabaran, ketekunan, tanggung jawab, dan integritas. Psikologi pendidikan juga menjelaskan bahwa motivasi intrinsik memperkuat *self-determination* guru, yaitu kemampuan bertindak berdasarkan pilihan dan kesadaran diri, bukan tekanan eksternal.

Dalam konteks pembelajaran, motivasi intrinsik mendorong guru untuk membangun hubungan positif dengan siswa, mengembangkan pendekatan pembelajaran berbasis empati, dan menampilkan sikap profesional yang konsisten. Kondisi ini mempercepat terbentuknya kepribadian positif yang mendukung perkembangan siswa.

4. Resiliensi sebagai Kemampuan Menghadapi Tantangan Pendidikan

Resiliensi atau kemampuan guru untuk bangkit dari tekanan dan tantangan juga ditemukan sebagai faktor penting dalam pengembangan kepribadian positif. Profesi guru sering kali menghadapi berbagai tekanan seperti tuntutan administratif, konflik dengan siswa atau orang tua, perubahan sistem pendidikan, serta beban kerja yang berat. Guru yang memiliki resiliensi tinggi tidak mudah menyerah dan mampu memandang tantangan sebagai peluang pertumbuhan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi berkaitan dengan kemampuan guru dalam mempertahankan keseimbangan emosional, berpikir positif, dan mencari solusi kreatif ketika menghadapi masalah. Guru yang resilien menunjukkan karakter positif seperti ketenangan, keteguhan, kemampuan mengelola stres, serta orientasi pada proses pembelajaran jangka panjang. Faktor ini membuat kepribadian guru menjadi lebih matang dan stabil.

Dalam konteks psikologi pendidikan, resiliensi dapat dikembangkan melalui latihan regulasi diri, dukungan sosial, refleksi pengalaman, dan penguatan spiritualitas. Resiliensi kemudian berkontribusi pada kemampuan guru menjadi teladan yang kuat bagi siswa dalam menghadapi tantangan hidup.

5. Dukungan Sosial sebagai Faktor Eksternal yang Berpengaruh Psikologis

Selain faktor internal, dukungan sosial dari rekan guru, kepala sekolah, siswa, dan keluarga juga memengaruhi kondisi psikologis guru. Dukungan ini menciptakan rasa aman, dihargai, dan termotivasi. Hasil

penelitian menunjukkan bahwa guru yang mendapatkan dukungan emosional dan profesional cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik, motivasi lebih kuat, serta kepribadian lebih positif.

Psikologi pendidikan menekankan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai buffer terhadap stres dan tekanan pekerjaan. Guru yang merasa didukung lebih mudah mempertahankan sikap ramah, kooperatif, dan empatik. Lingkungan kerja yang positif juga memperkuat praktik refleksi dan kolaborasi, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas kepribadian guru.

D. Implikasi Penerapan Strategi Pengembangan Kepribadian Positif Guru terhadap Efektivitas Proses Pembelajaran di Sekolah

Temuan penelitian menunjukkan bahwa implementasi strategi pengembangan kepribadian guru yang positif memiliki implikasi signifikan untuk meningkatkan efektivitas proses pembelajaran di sekolah. Kepribadian guru yang positif tidak hanya memengaruhi perilaku dan kinerja guru dalam mengajar, tetapi juga memengaruhi suasana psikologis kelas, motivasi belajar siswa, hubungan interpersonal di lingkungan sekolah, dan prestasi akademik secara keseluruhan. Dalam studi psikologi pendidikan, guru dengan kepribadian positif merupakan aktor kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang suportif, aman, dan kondusif. Temuan penelitian menegaskan bahwa implementasi strategi yang direkomendasikan, mulai dari pendekatan psikologi positif, pengaturan diri, pendekatan humanistik, penguatan perilaku, dan refleksi profesional, dapat menghasilkan berbagai dampak nyata pada praktik pembelajaran.

1. Peningkatan Iklim Pembelajaran yang Kondusif Berkat Guru yang Stabil Secara Emosional

Implikasi pertama dari penerapan strategi pengembangan kepribadian positif bagi guru terlihat pada peningkatan kualitas iklim pembelajaran di kelas. Guru yang mampu mengelola emosi mereka dengan baik lebih cenderung menciptakan suasana kelas yang tenang, tertib, dan nyaman bagi siswa. Penelitian menunjukkan bahwa guru yang menerapkan strategi pengaturan emosi seperti *mindfulness*, teknik pernapasan, atau pembiasaan ulang kognitif menunjukkan lebih banyak kesabaran dan tidak mudah terpancing emosi ketika menghadapi perilaku siswa yang menantang.

Keadaan emosional guru sangat memengaruhi dinamika kelas. Guru dengan stabilitas emosional yang tinggi mampu merespons secara lebih konstruktif ketika siswa melakukan kesalahan, sehingga mengurangi potensi konflik dan menumbuhkan hubungan yang positif. Iklim pembelajaran yang aman secara emosional membuat siswa merasa dihargai, didorong untuk berpartisipasi, dan lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat mereka. Dengan demikian, strategi pengembangan kepribadian positif tidak hanya meningkatkan guru itu sendiri tetapi juga menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung perkembangan sosial-emosional siswa.

2. Meningkatkan Motivasi dan Keterlibatan Siswa dalam Aktivitas Pembelajaran

Temuan berikut menunjukkan bahwa guru dengan kepribadian positif mampu menumbuhkan motivasi belajar siswa. Pendekatan psikologi positif yang diterapkan oleh guru seperti memberikan penguatan, pujian yang tepat, dan menciptakan suasana kelas yang apresiatif menciptakan iklim motivasi yang kuat. Siswa merasa diperhatikan dan dihargai, sehingga menumbuhkan motivasi intrinsik untuk belajar.

Guru dengan tingkat optimisme yang tinggi cenderung menggunakan bahasa yang konstruktif, memberikan dukungan emosional, dan mendorong siswa untuk mencoba hal-hal baru tanpa takut gagal. Hal ini menghasilkan peningkatan partisipasi siswa dalam diskusi, kerja kelompok, dan kegiatan proyek. Penelitian juga menunjukkan bahwa strategi pembelajaran yang diterapkan oleh guru dengan kepribadian positif lebih kreatif dan adaptif, karena mereka percaya diri dalam mencoba pendekatan baru untuk memenuhi kebutuhan siswa.

Oleh karena itu, strategi untuk mengembangkan kepribadian guru yang positif memiliki implikasi langsung untuk meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan motivasi siswa dalam proses pembelajaran.

3. Membina Hubungan Interpersonal yang Lebih Sehat antara Guru dan Siswa

Salah satu dampak terbesar dari penerapan strategi ini adalah peningkatan kualitas hubungan guru-siswa. Pendekatan humanistik, yang menekankan empati, penerimaan tanpa syarat, dan komunikasi autentik, membuat guru lebih peka terhadap kebutuhan emosional siswa. Penelitian menunjukkan bahwa guru dengan empati tinggi mampu membangun ikatan emosional yang sehat dengan siswa tanpa kehilangan batasan profesional. Hubungan yang didasarkan pada kepercayaan dan rasa hormat membuat siswa lebih terbuka terhadap bimbingan guru, lebih

mudah dibimbing, dan lebih responsif terhadap arahan pembelajaran. Hubungan interpersonal yang positif juga mengurangi perilaku bermasalah di kelas, meningkatkan rasa aman siswa, dan memperkuat keterlibatan emosional mereka dalam belajar. Lebih jauh lagi, guru yang mampu mengembangkan autentik dalam interaksi menunjukkan teladan moral, yang memiliki dampak jangka panjang pada pengembangan karakter siswa.

4. Meningkatkan Profesionalisme dalam Manajemen Kelas

Implikasi lain dari penerapan strategi pengembangan kepribadian guru yang positif adalah peningkatan efektivitas manajemen kelas. Guru yang terbiasa menggunakan strategi penguatan perilaku mampu menumbuhkan kebiasaan positif seperti disiplin, ketepatan waktu, dan kepatuhan terhadap aturan kelas. Guru dengan kepribadian positif cenderung konsisten dalam menegakkan aturan, memastikan siswa memahami batasan dan harapan dengan jelas. Perilaku guru yang konsisten juga menciptakan prediktabilitas, sehingga memudahkan siswa untuk beradaptasi dengan pola pembelajaran. Penelitian menunjukkan bahwa guru dengan pengendalian diri lebih efektif dalam memberikan konsekuensi yang adil dan proporsional, sehingga mengurangi konflik di kelas. Dengan demikian, kepribadian positif memainkan peran penting dalam memperkuat pengendalian kelas yang sehat, bukan melalui pendekatan otoriter, tetapi melalui teladan, empati, dan perilaku yang konsisten.

5. Mendorong Inovasi dan Adaptabilitas Guru dalam Pembelajaran

Implementasi strategi refleksi profesional dan pengaturan diri berdampak pada peningkatan inovasi guru. Guru yang merefleksikan pengalaman mengajar mereka dan secara teratur mengevaluasi kekuatan dan kelemahan mereka cenderung lebih mudah beradaptasi dengan perubahan kurikulum, kebutuhan siswa, dan tantangan pendidikan modern. Penelitian menunjukkan bahwa guru dengan kepribadian positif tidak mudah terancam oleh perubahan, melainkan melihatnya sebagai peluang untuk belajar dan pengembangan diri. Kemampuan ini berkontribusi pada pembelajaran yang lebih inovatif, kreatif, dan relevan dengan tuntutan abad ke-21. Guru yang reflektif juga mampu mengidentifikasi aspek-aspek yang perlu ditingkatkan dalam pendekatan pengajaran mereka, seperti keterampilan komunikasi, strategi pembelajaran, atau manajemen emosi. Hal ini membuat mereka menjadi pendidik yang lebih efektif dan progresif.

6. Dampak Jangka Panjang pada Budaya Sekolah dan Pembentukan Karakter Siswa Implikasi terakhir adalah dampak jangka panjang pada budaya sekolah dan

karakter siswa. Kepribadian positif seorang guru bertindak sebagai katalisator bagi pembentukan budaya sekolah yang sehat, harmonis, dan berorientasi moral. Guru berperan sebagai panutan utama, sehingga sikap dan perilaku mereka ditiru oleh siswa, bahkan oleh sesama guru. Temuan penelitian menunjukkan bahwa sekolah dengan guru yang memiliki kepribadian positif cenderung memiliki tingkat konflik yang lebih rendah, keterlibatan siswa yang lebih tinggi, dan prestasi akademik yang lebih baik. Lebih lanjut, siswa yang sering berinteraksi dengan guru yang memiliki kepribadian positif mengembangkan nilai-nilai seperti empati, motivasi, disiplin, dan kepercayaan diri yang kuat.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mengembangkan kepribadian positif pada guru sangat penting dalam psikologi pendidikan, dan hal ini berpengaruh langsung pada kualitas proses dan hasil belajar di sekolah. Kepribadian positif dari seorang guru tidak hanya dianggap sebagai sifat lahiriah, tetapi juga sebagai kemampuan psikologis yang bisa dibangun melalui pendekatan psikologi positif, pengaturan diri, pembiasaan perilaku, cara pandang humanistik, dan refleksi profesional. Keberhasilan dalam pengembangan kepribadian ini dipengaruhi oleh faktor psikologis dari dalam diri, seperti pengaturan emosi, kepercayaan diri, motivasi dari dalam, dan ketahanan, serta adanya dukungan sosial dari luar. Saat strategi-strategi ini diterapkan dengan baik dan terus-menerus, guru dapat menciptakan suasana belajar yang baik, meningkatkan semangat dan keaktifan siswa, memperkuat hubungan antarpribadi, mengelola kelas dengan lebih baik, serta menunjukkan kemampuan beradaptasi dan berinovasi dalam pembelajaran. Pada akhirnya, kepribadian positif guru memberikan pengaruh yang bertahan lama terhadap budaya sekolah dan pembentukan karakter siswa.

REKOMENDASI

Rekomendasi penelitian ini menekankan pentingnya peran guru, sekolah, pemangku kebijakan, dan lembaga pendidikan tenaga kependidikan dalam mengembangkan kepribadian positif guru secara sistematis dan berkelanjutan. Guru disarankan untuk secara aktif menerapkan regulasi diri, refleksi profesional, serta prinsip psikologi positif dalam praktik pembelajaran guna membangun interaksi edukatif yang sehat dan kondusif. Sekolah dan pimpinan satuan pendidikan perlu menciptakan lingkungan kerja yang mendukung melalui budaya sekolah yang positif, supervisi humanistik, program mentoring, serta penguatan dukungan sosial antarwarga sekolah. Pemangku kebijakan diharapkan mengintegrasikan pengembangan kepribadian positif guru dalam program pendidikan prajabatan dan pengembangan keprofesian berkelanjutan, sedangkan LPTK disarankan memasukkan materi psikologi positif, pengelolaan emosi, dan penguatan self-efficacy dalam kurikulum calon guru. Selain itu, penelitian selanjutnya perlu mengkaji lebih lanjut pengaruh kepribadian positif guru terhadap variabel lain seperti kesejahteraan guru, burnout, kepuasan kerja, iklim sekolah, serta hasil belajar siswa dengan menggunakan pendekatan kuantitatif atau metode campuran pada konteks pendidikan yang lebih beragam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, G., Kornely, N. I., Lahagu, S. E., Lestari, F., Wibowo, G. A., Fuadi, A. & Khalid, F. (2025). Kecerdasan Emosional dalam Pendidikan: Membangun Siswa yang Seimbang. PT. Nawala Gama Education.
- Alfidyah, M. (2025). Hubungan Antara Self-Efficacy dan Kinerja Guru pada Pelaksanaan Pembelajaran Kurikulum Merdeka. *Jurnal Pendidikan Profesi Guru*, 1(1), 1-9.
- Anggraeni, R., & Astuti, K. T. (t.t.). PENERAPAN TEORI PSIKOLOGI PENDIDIKAN SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI KALIDERES 06 PAGI.
- Arfaiza, S. A., Susanti, R., Fitriani, W. N., Caturiasari, J., & Wahyudin, D. (2025). Keteladanan Guru Sebagai Sarana Penerapan Pendidikan Karakter Siswa. *Jurnal Sinektik*, 8(1), 24–31. <https://doi.org/10.33061/js.v8i1.9182>
- Aulizalsini, W., Raihan, R., Purnama, G., & Aprilia, R. (2024). Meningkatkan dan Menjaga Kesejahteraan Psikologis Guru dan Siswa/Siswi Yayasan Sekolah Tunas Alam Mulia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(2), 361–367. <https://doi.org/10.52436/1.jpni.2354>
- Ayu, F. A. (2021). Stabilitas Emosi Dengan Kesiapan Mengajar Pada Guru Full Day School. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 676. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6508>
- Azzahra, L., & Darmiyanti, A. (2024). Peran Psikologi Pendidikan dalam Proses Pembelajaran di Kelas untuk Peserta Didik yang Beragam. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 23. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2661>
- Bilqis, A., Riyadi, A. R., & Maulidah, N. (2025). Strategi Pengelolaan Kelas Berdasarkan Kompetensi Sosial Emosional Guru. *Elementary Journal: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 8(1), 1-11.
- Cahyono, E. W. (2020). The power of gratitude: Kekuatan syukur dalam menurunkan stress kerja. Deepublish.
- Dwintasari, Y., & Kurniawati, F. (2019). Persepsi siswa terhadap instruksi guru yang mengembangkan strategi belajar regulasi diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 57-77.
- Hakim, L. (2024). Guru Profesional: Konsep, Strategi, dan Tantangan dalam Menghadapi Era Modern. Penerbit Adab.

- Hisbullah, A. A., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan antara optimisme dengan work engagement pada guru. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 7-20.
- Khair, H. (2025). Pentingnya Kesejahteraan Psikologis Guru Dalam Menciptakan Lingkungan Belajar Yang Kondusif. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Kearifan Lokal*, 3(4), 761-767.
- Kuanine, M. H., & Afi, K. E. Y. M. (2023). Upaya guru menciptakan lingkungan yang nyaman melalui manajemen budaya sekolah yang positif. *JMPK: Jurnal Manajemen Pendidikan Kristen*, 3(1), 01-14.
- Lestari, S. (2024). Pengaruh Refleksi Diri dalam Mengembangkan kompetensi Profesional Peserta Didik. *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, 5(3), 299-304.
- LUTHFIYAH, L., & MUNIROH, S. M. (2024). Strategi Pembelajaran Mindfulness Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa di Era Digital. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi (JIPP)*, 2(4), 137-141.
- Marfuah, S. (2024). Peran Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa melalui Pendekatan Humanistik. *PENA: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 1(01), 22-28.
- Mohzana, M. (2024). Meningkatkan Komitmen Kerja Guru: Analisis Peran Motivasi Intrinsik dan Emotional Intelligence. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 4.
- Nafati, D. A. N., & Hendaryati, N. (2024). Resiliensi guru pembentuk profesionalisme guru. *NUSANTARA SPORTA: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Keolahragaan*, 2(01), 50- 66.
- Nasution, F., Fitrah, G. A., Alfina, H., & Hajmi, M. F. (2023). Membangun karakter positif dalam pendidikan: tantangan dan strategi dalam perspektif psikologi pendidikan. *IJIGAE: Indonesian Journal of Islamic Golden Age Education*, 3(2), 131- 140.
- Nelsi, M., Andi, D., Yunanti, S., Wiguna, M., & Noviana, L. (2022). Pentingnya Integritas Guru dalam Menanamkan Jiwa Mandiri pada Siswa Di Yayasan Al-Iman Graha Bintaro Jaya. *DEDIKASI PKM*, 3(2), 196. <https://doi.org/10.32493/dedikasipkm.v3i2.20173>
- Ningsih, E. P., & Rizki, S. N. (2024). Peran Guru dalam Meningkatkan Keterampilan Berpikir Kritis Siswa Sekolah Dasar melalui Pembelajaran Berbasis Masalah. *Ludi Litterarri*, 1(1), 11–17. <https://doi.org/10.62872/y1t00a82>
- Nofitasari, N., Sofiyah, S., Noviana, I., Silmia, A., Wibowo, R. D. A., Putri, D. E., & Ghufro, M. N. (2025). Kesehatan Mental Guru dalam Dinamika Lingkungan Kerja dan Manajemen Stres. *Dawuh Guru: Jurnal Pendidikan MI/SD*, 5(2), 227-242.
- Nur'aeni, N., Herawati, E. T. H., & Ferianto, F. (2024). Implementasi Pendekatan Humanistik Pada Materi Pendidikan Agama Islam Melalui Kurikulum Merdeka di SDN Sukaraja I. *Journal of Comprehensive Science (JCS)*, 3(6), 950–958. <https://doi.org/10.59188/jcs.v3i5.729>
- Nurhasanah, E., Aisah, S., & Yusnarti, M. (2024). Peran Guru Sekolah Dasar dalam Pembentukan Karakter Siswa. *Jurnal Evaluasi dan Kajian Strategis Pendidikan Dasar*, 1(1), 21–26. <https://doi.org/10.54371/jekas.v1i1.325>
- Pramesti, A. V. (2025). ANALISIS ASPEK PSIKOLOGIS DALAM PEMBELAJARAN INKLUSI PADA SISWA KELAS 6 DI SDN MANGUNSARI 3 KABUPATEN MAGELANG (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Prayoga, F. I., Masrurroh, N., & Safitri, N. V. (2024). Pentingnya Profesionalisme Guru dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan Indonesia. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, 7(3). <https://doi.org/10.20961/shes.v7i3.91633>
- Purnomo, S., & Widodo, H. (2022). Model Pengembangan Pendidikan Karakter untuk Meningkatkan Perilaku Positif. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 6(2), 150–161. <https://doi.org/10.21831/diklus.v6i2.47160>
- Ramadhini, N., Aprilia, N., & Lesmana, G. (2025). Meningkatkan Kesadaran Diri dan Kecerdasan Emosional Konselor BK: Strategi Pengembangan Pribadi yang Efektif. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 6(1), 255-260.

- Rohmani, A. H. (Ed.). (2024). Psikologi pendidikan. CV Eureka Media Aksara.
- Samadi, M. R., Nurishlah, L., & Mulyani, A. S. (2023). Peran Regulasi Emosi Dalam Profesionalisme Guru. *TA'DIB: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2), 207-217.
- Saragih, M., Risma Hartati, Hasibuan, M., Pangaribuan, J. J., Manik, S., & Tampubolon, J. (2023). Implementasi Pendidikan Karakter Melalui Pendekatan Behavioristik. *JURNAL ABDIMAS MADUMA*, 2(1), 17–25. <https://doi.org/10.52622/jam.v2i1.145>
- Sholehah, R. (t.t.). Kompetensi Sosial-Emosional Guru Madrasah Ibtidaiyah dalam Membentuk Lingkungan Belajar yang Adaptif dan Inovatif.
- Sukoyo, S., & Juhji, J. (2021). Interaksi Kompetensi Kepribadian Guru dengan Kepuasan Kerja. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 2(2), 95-102.
- Susanto, R., & MM, M. P. (2022). Profesi Kependidikan: Membangun Nilai Profesi, Keterampilan Pribadi, dan Strategi Kompetensi Profesi. Penerbit Andi.
- Ummah, S. R., Mulyani, E. W., & Rosyidah, N. (2025). Optimalisasi Peran Guru dalam Pembelajaran Efektif dan Manajemen Kelas yang Kondusif. *Nusantara Educational Review*, 3(2), 101-109