



Studi Literatur: Pengaruh Kesejahteraan Psikologis dan Efikasi Diri Guru Terhadap Motivasi Mengajar Guru Sekolah Dasar Di Kabupaten Bogor Kecamatan Ciawi

Salma Yuliani¹, Mega Febriani Sya², Rosna Wati³

Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Agama Islam dan Pendidikan Guru
Universitas Djuanda

Alamat Jl. Tol Jagorawi No.1, Ciawi, Kec. Ciawi, Kabupaten Bogor, Jawa Barat 16720

Volume 3 Nomor 1
Maret 2026: 25-37

Article History

Submission: 19-01-2026

Revised: 30-02-2026

Accepted: 30-03-2026

Published: 31-03-2026

Kata Kunci:

Kesejahteraan Psikologis, Efikasi Diri, Motivasi Mengajar, Guru Sekolah Dasar

Keywords:

Psychological Well-being, Self-Efficacy, Teaching Motivation, Elementary School Teachers

Korespondensi:

(Salma Yuliani)

(tlp.-)

(sallmayuls@gmail.com)

Abstrak: Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh kesejahteraan psikologis dan efikasi diri terhadap motivasi mengajar guru SD melalui studi literatur sistematis. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif-analitis dengan mengkaji artikel-artikel terpublikasi dari database akademik terpercaya. Data dianalisis menggunakan analisis isi dan tematik untuk mensintesis temuan penelitian terdahulu. Hasil kajian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis (seperti penerimaan diri dan hubungan positif) dan efikasi diri guru secara individual maupun bersinergi berpengaruh signifikan dalam meningkatkan motivasi mengajar. Guru dengan well-being dan keyakinan diri yang tinggi cenderung lebih resilien dan termotivasi. Kesimpulannya, pengembangan program guru yang holistik perlu memperkuat aspek psikologis dan keyakinan profesional. Penelitian lanjutan disarankan untuk menguji model intervensi berbasis temuan ini.

Abstract: This study aims to analyze the influence of psychological well-being and self-efficacy on elementary school teachers' teaching motivation through a systematic literature review. The method used is descriptive-analytical qualitative, reviewing published articles from reliable academic databases. Data were analyzed using content and thematic analysis to synthesize previous research findings. The results of the study show that psychological well-being (such as self-acceptance and positive relationships) and teachers' self-efficacy, both individually and synergistically, have a significant effect on increasing teaching motivation. Teachers with high well-being and self-confidence tend to be more resilient and motivated. In conclusion, the development of holistic teacher programs needs to strengthen psychological aspects and professional confidence. Further research is recommended to test intervention models based on these findings.

PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan, kegiatan pembelajaran merupakan proses yang



dirancang untuk membantu peserta didik mencapai kompetensi yang diharapkan. Keberhasilan proses ini tidak terlepas dari peran guru sebagai pelaksana utama yang bertanggung jawab dalam mengelola pembelajaran secara efektif (Aura et al., 2024). Guru menjadi pemeran utama dalam proses pembelajaran yang memegang peran strategis di mana guru tidak hanya sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator, pembimbing, serta motivator bagi peserta didik. Berdasarkan hal tersebut, kualitas, profesionalisme, dan motivasi mengajar guru sangat menentukan capaian belajar peserta didik serta efektivitas implementasi kurikulum (Berliana et al., 2024). Pada penyelenggaraan kegiatan pendidikan Sekolah Dasar motivasi mengajar guru dapat dipahami sebagai dorongan internal dan eksternal yang mempengaruhi kesiapan, kemauan, serta komitmen seorang pendidik dalam melaksanakan tugas profesionalnya secara optimal (Asadpour et al., 2025). Guru yang menggunakan strategi pembelajaran yang beragam cenderung dapat

menyediakan suasana belajar yang menyenangkan dan meningkatkan keterlibatan siswa di kelas sehingga tujuan pembelajaran tercapai secara optimal (Sya, Fadhilah, et al., 2025).

Peningkatan kualitas pendidikan tidak dapat dilepaskan dari bagaimana kondisi guru dalam menjalankan tugasnya sebagai pendidik, baik dari aspek kompetensi maupun kesejahteraan (Ulimaz et al., 2024). Guru dengan motivasi mengajar yang tinggi lebih cenderung berupaya meningkatkan kualitas pembelajaran, mengembangkan kreativitas dalam mengajar, serta menunjukkan komitmen terhadap pencapaian tujuan pendidikan. Sebaliknya, rendahnya motivasi mengajar dapat berdampak pada penurunan efektivitas pembelajaran dan kurangnya variasi strategi yang digunakan di kelas (Cilali & Michou, 2025). Motivasi mengajar guru tidak selalu stabil karena dipengaruhi berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, motivasi mengajar yang rendah dapat berdampak pada kualitas interaksi pembelajaran, kreativitas guru, serta

capaian akademik peserta didik (Widiyanti et al., 2024).

Namun pada kenyataannya saat ini ada banyak hal yang mempengaruhi motivasi mengajar guru seperti tingkat kesejahteraan psikologis pada seorang guru yang di mana hal itu akan membuat motivasi mengajar guru cenderung menurun sehingga berpengaruh pada kualitas pembelajaran di kelas (Nurul Izzah & Purwanto, 2023). Kesejahteraan psikologis guru merupakan kondisi emosional dan mental guru yang mencakup kepuasan terhadap profesi, evaluasi diri positif, serta kemampuan mengelola tantangan dan tekanan pekerjaan. Kondisi ini tidak hanya mencakup kurangnya stres, tetapi juga mencerminkan pengalaman positif seperti kebahagiaan, pencapaian pribadi, dan hubungan profesional yang baik, yang pada akhirnya mempengaruhi efektivitas pengajaran dan motivasi kerja guru (Fathia et al., 2024). Guru dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi cenderung lebih termotivasi untuk mengajar, karena mereka merasa

didukung oleh lingkungan kerja yang positif (Fathia et al., 2024).

Selain faktor kesejahteraan yang berperan dalam membentuk motivasi mengajar, aspek psikologis internal seperti efikasi diri juga menjadi bagian penting yang tidak dapat diabaikan. Efikasi diri merupakan keyakinan seorang guru terhadap kemampuannya dalam mengelola kelas, menyampaikan materi, dan mempengaruhi hasil belajar peserta didik (Asnatasia et al., 2021). Selain itu, efikasi diri guru merupakan faktor determinan yang signifikan dalam mendukung efektivitas sekolah. Guru yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung lebih percaya diri, tidak mudah menyerah, dan mampu menghadapi tantangan dalam proses mengajar dan sebaliknya, guru dengan efikasi diri yang rendah cenderung merasa ragu, takut mencoba metode atau strategi baru, dan sering kali kurang termotivasi dalam menjalankannya (Marliani et al., 2025). Perilaku dan sikap guru di sekolah merupakan efikasi diri seorang guru terhadap tugas pokoknya, sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kinerja guru. Dalam pengembangan

kompetensi profesional guru, efikasi diri menjadi aspek psikologis yang mempengaruhi keyakinan guru terhadap kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas mengajar. Guru dengan efikasi diri tinggi lebih percaya diri, lebih terbuka pada inovasi, serta lebih konsisten dalam menerapkan strategi pembelajaran yang efektif (Ma, 2024).

METODE

Penelitian ini merupakan studi literatur (*literature review*) dengan pendekatan kualitatif deskriptif-analitis. Tujuan metodologi ini adalah untuk secara sistematis mengkaji, menganalisis, dan mensintesis temuan dari berbagai penelitian terdahulu guna memahami secara komprehensif pengaruh kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dan efikasi diri (*self-efficacy*) terhadap motivasi mengajar guru Sekolah Dasar. Data penelitian diperoleh sepenuhnya dari sumber sekunder, yaitu karya ilmiah yang telah dipublikasikan seperti artikel jurnal, prosiding seminar, buku referensi, serta disertasi dan tesis yang relevan dengan fokus kajian. Proses

pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi. Pencarian literatur dilaksanakan pada berbagai database akademik terpercaya, termasuk Google Scholar, SINTA, Scopus, dan ERIC, dengan menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Indonesia dan Inggris, seperti “kesejahteraan psikologis guru”, “motivasi mengajar guru SD”, dan “efikasi diri guru”. Untuk menjaga relevansi dan kemutakhiran data, penelitian ini menerapkan kriteria inklusi yang ketat, di mana hanya literatur yang diterbitkan dalam rentang waktu 5 tahun terakhir (2019-2024), membahas minimal dua dari tiga variabel utama, serta melibatkan populasi guru (khususnya guru SD) yang dipilih. Tahapan analisis dimulai dengan mengorganisasi literatur berdasarkan fokus tematiknya. Setelah itu, dilakukan ekstraksi dan sintesis terhadap intisari setiap literatur, seperti tujuan, metode, hasil, dan kesimpulan. Temuan dari berbagai sumber kemudian dibandingkan dan diintegrasikan untuk mengidentifikasi pola, hubungan, konsistensi, serta ketidakkonsistenan yang ada. Interpretasi kritis terhadap

sintesis temuan dilakukan dengan merujuk pada teori-teori pendukung, seperti model kesejahteraan psikologis Ryff dan teori efikasi diri Bandura, untuk menjelaskan mekanisme pengaruh antar variabel. Alur kerja ini diakhiri dengan penarikan kesimpulan yang menjawab pertanyaan penelitian serta identifikasi research gap sebagai rekomendasi untuk studi lanjutan.

HASIL

Berdasarkan kajian literatur sistematis terhadap penelitian-penelitian yang relevan dalam lima tahun terakhir (2019-2024), diperoleh sintesis hasil dari berbagai studi empiris yang menguji hubungan antara kesejahteraan psikologis, efikasi diri, dan motivasi mengajar, khususnya pada konteks guru Sekolah Dasar. Temuan-temuan kunci dari penelitian-penelitian terdahulu tersebut disajikan secara komparatif dalam Tabel 1 di bawah ini. Tabel ini merangkum informasi pokok seperti peneliti, tahun, metode, sampel, dan temuan utama yang secara langsung berkaitan dengan variabel-variabel dalam kajian ini.

Sintesis tabel ini berfungsi sebagai landasan analitis untuk membahas pola, konsistensi, dan dinamika hubungan antar variabel pada bagian pembahasan selanjutnya.

Tabel 1. Hasil Peneliti Terdahulu

Keterangan Uraian	
Judul	<i>Pengaruh Kesejahteraan Psikologis terhadap Kinerja Guru dalam Konteks Tenaga Kependidikan di Sekolah</i>
Penulis	Sep Arinda Risa Kamal, Yosi Imas Kristiyana, Siti Zulaikha, Muhammad Takdir (2025)
Hasil	Kesejahteraan psikologis memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja guru. Pengaruh meliputi aspek perencanaan instruksional, implementasi, penilaian, pengembangan profesional, dan hubungan interpersonal. Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan kinerja guru dimediasi oleh komitmen profesional, kepuasan kerja, dan motivasi. Dukungan organisasi, beban kerja, modal psikologis, dan karakteristik demografis memoderasi hubungan ini. Temuan menegaskan relevansi kesejahteraan psikologis untuk seluruh staf pendidikan dan efektivitas ekosistem sekolah.
Judul	<i>The Impact of Self-Efficacy on the Well-Being of Primary School Teachers: A Greek-Cypriot Study</i>
Penulis	Glykeria Reppa, Marilena Mousoulidou, E. Tzovla, Christiana Koundourou, Andri Christodoulou (2023)
Hasil	Kesejahteraan guru berada pada tingkat sedang hingga tinggi pasca-COVID-19. Efikasi diri guru tinggi dan memiliki hubungan signifikan dengan kesejahteraan

	guru. Guru dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki kesejahteraan lebih baik karena mendorong keterlibatan siswa secara aktif dalam pembelajaran.		tinggi cenderung lebih berhasil dalam melaksanakan tugas profesional dan pembelajaran.
Judul	<i>Self-Efficacy and Its Impact: Literature Review in the Context of the Teaching Profession</i>	Judul	<i>Teachers' Psychological Characteristics: Do They Matter for Teacher Effectiveness, Teachers' Well-being, Retention, and Interpersonal Relations? An Integrative Review</i>
Penulis	Yavor Iliev (2024)	Penulis	Lisa Bardach, Robert M. Klassen, Nancy E. Perry (2021)
Hasil	Efikasi diri mempengaruhi efektivitas guru dan motivasi siswa. Berbagai teori efikasi diri menunjukkan dampaknya terhadap kualitas pengajaran.	Hasil	Karakteristik psikologis guru mempengaruhi efektivitas mengajar, kesejahteraan, retensi, dan hubungan interpersonal. Strategi kerja emosional dapat meningkatkan kesejahteraan guru dan motivasi siswa.
Judul	<i>Teaching Self-Efficacy in Primary Education in Greece</i>	Judul	<i>Work Motivation and Self-Efficacy: Building Subjective Well-Being Teacher</i>
Penulis	Elpida Terzi (2023)	Penulis	Sugeng Sri Lestari, Alif Muarifah (2022)
Hasil	Persepsi efikasi diri guru sekolah dasar di Yunani tergolong sangat tinggi. Guru merasa efektif dalam mengelola disiplin kelas dan menerapkan strategi pengajaran. Sebanyak 72,1% guru merasa mampu mengukur pemahaman siswa dan 75% percaya dapat membuat pertanyaan yang baik bagi siswa. Faktor stres, tekanan, dan efektivitas pribadi mempengaruhi persepsi efikasi diri guru.	Hasil	Efikasi diri dan motivasi kerja secara signifikan mempengaruhi kesejahteraan subjektif guru. Efikasi diri berkontribusi sebesar 19,57% dan motivasi kerja sebesar 21,87% terhadap kesejahteraan subjektif guru.
Judul	<i>Systematic Literature Review: Kesejahteraan Subjektif pada Guru</i>	Judul	<i>A Literature Review of Dynamics Teacher Welfare in Indonesia</i>
Penulis	Putri Prabasari Nuswantari, Umi Anugerah Izzati (2025)	Penulis	Della Priskila Purba, Disa Martia Dita, Jeremy Akbar Vivaldy, dkk. (2025)
Hasil	Guru dengan kesejahteraan subjektif tinggi cenderung lebih termotivasi, kreatif, dan memiliki komitmen lebih besar terhadap profesinya. Kesejahteraan subjektif guru berpengaruh positif terhadap keberhasilan pendidikan.	Hasil	Kesejahteraan guru berdampak signifikan terhadap motivasi kerja, kompetensi, dan kinerja mengajar. Efikasi diri menjadi variabel mediasi penting dalam hubungan kesejahteraan guru dan kesiapan karir. Kebijakan kesejahteraan yang adil dan inklusif penting untuk mendukung guru di era digital.
Judul	<i>Towards The Self-Efficacy of Teachers in Education Sector: A Review of The Literature</i>		
Penulis	Central European Management Journal (2022)		
Hasil	Efikasi diri merupakan faktor penting dalam efektivitas guru. Guru dengan tingkat efikasi diri		

PEMBAHASAN

Motivasi mengajar adalah dorongan yang berasal dari dalam maupun luar diri seorang guru ketika menjalankan tugas mengajar dalam upaya mentransfer ilmu pengetahuan dan keterampilan kepada peserta didik serta mencapai tujuan pendidikan (Wiranti, 2021). Motivasi mengajar seorang guru terbentuk dari interaksi antara faktor intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik timbul dari kesenangan, rasa ingin tahu, atau kepuasan pribadi yang diperoleh guru dari aktivitas mengajar itu sendiri, seperti kegembiraan saat melihat peserta didik memahami konsep atau perasaan bermakna karena berkontribusi pada masa depan peserta didik. Sementara itu, motivasi ekstrinsik didorong oleh insentif eksternal seperti imbalan finansial, pengakuan, promosi jabatan, atau penghindaran dari konsekuensi negatif. Dalam konteks mengajar, kedua jenis motivasi ini seringkali saling melengkapi dan bersama-sama membentuk energi penggerak bagi kinerja dan komitmen profesional guru

(Ulimaz et al., 2024). Motivasi mengajar guru dapat menjadi dorongan internal maupun eksternal yang menggerakkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku guru dalam menjalankan tugas pendidikan secara optimal (Maatisya, Yuki & Santoso, 2022). Secara umum, motivasi mengajar dipahami sebagai kekuatan psikologis yang mendorong guru untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran, menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, serta mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan (Widiyanti et al., 2024). Dalam konteks pendidikan modern, motivasi mengajar sangat berpengaruh terhadap kualitas pembelajaran dan keberhasilan pendidikan secara keseluruhan. Guru yang memiliki motivasi tinggi akan menunjukkan komitmen yang kuat untuk merencanakan dan melaksanakan strategi pembelajaran yang efektif, beradaptasi dengan kebutuhan peserta didik, serta terus meningkatkan kompetensinya melalui pengembangan profesional (Sholekhah & Muchsini, 2025). Motivasi kerja guru tidak hanya berdampak pada performa mengajar tetapi juga berdampak pada

kesejahteraan psikologis guru serta hasil belajar peserta didik, yang di mana guru-guru yang termotivasi memiliki tingkat keterlibatan yang lebih tinggi dalam aktivitas instruksional dan hubungan interpersonal positif dengan peserta didik (Marliani et al., 2025). Teori penetapan tujuan (*Goal-Setting Theory*) dan teori determinasi diri (*Self-Determination Theory / SDT*) memberikan kerangka teoritis yang kuat untuk memahami motivasi mengajar. Teori penetapan tujuan menekankan bahwa tujuan yang spesifik, menantang, namun dapat dicapai akan mendorong upaya dan ketekunan guru. *Self Determination Theory* menyoroti pentingnya pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar yaitu kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sebagai pondasi untuk membangun motivasi yang otentik dan berkelanjutan (Ryan & Deci, 2020).

Kesejahteraan psikologis guru didefinisikan sebagai evaluasi dan kepuasan guru terhadap pemenuhan kehidupan pribadi dan profesionalnya, yang mencakup perasaan terpenuhi dalam peran profesional, hubungan

sosial positif, serta kesejahteraan emosional dalam konteks pekerjaan mengajar (Ismail et al., 2023). Guru dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi tidak hanya merasa puas secara subjektif, tetapi juga mampu berfungsi secara optimal dalam peran profesionalnya yang kompleks dan menuntut. Kesejahteraan guru mencakup dimensi kognitif, afektif, psikologis, dan fisik yang saling terkait, dan merupakan hasil dari interaksi antara sumber daya personal seperti efikasi diri dan regulasi emosi dengan tuntutan dan sumber daya di lingkungan kerja (Zhou et al., 2024). Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan konstruk multidimensi yang melampaui sekadar ketiadaan distress mental. Secara umum, konsep ini didefinisikan sebagai kondisi optimal dari fungsi psikologis seseorang, yang ditandai dengan perasaan puas terhadap kehidupan, kemampuan untuk mewujudkan potensi diri, dan ketercapaian makna hidup (Avola et al., 2025). Teori paling berpengaruh dikembangkan oleh Carol Ryff (1989) yang mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai

pencapaian penuh potensi seseorang (*eudaimonic well-being*), yang diukur melalui enam dimensi yaitu, penerimaan diri (*self-acceptance*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), otonomi, pertumbuhan pribadi (*personal growth*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), dan tujuan hidup (*purpose in life*). Kesejahteraan psikologis guru merupakan aspek penting yang berpengaruh terhadap kinerja dan keberlangsungan proses pembelajaran. Untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai kesejahteraan psikologis guru, diperlukan indikator pengukur yang mampu mencerminkan kondisi emosional, kepuasan kerja, serta kemampuan guru dalam mengelola tekanan dan tuntutan profesional (Meliala, 2024).

Efikasi diri (*self-efficacy*) merupakan konsep psikologis yang menggambarkan keyakinan individu terhadap kemampuan diri untuk mengorganisir dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil yang diinginkan dalam suatu situasi tertentu (Reppa et al.,

2023). Efikasi diri sebagai keyakinan seseorang dalam kemampuan untuk mengatur dan mengeksekusi tindakan yang diperlukan untuk mencapai capaian tertentu dan menekankan pentingnya efikasi dalam motivasi dan hasil belajar peserta didik maupun guru itu sendiri (Lestari & Muarifah, 2022). Dalam konteks pendidikan, efikasi diri guru mencerminkan tingkat kepercayaan seorang guru terhadap kapasitasnya dalam mengajar, mengelola kelas, memberikan motivasi kepada peserta didik, serta menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama proses pembelajaran berlangsung (Bagaskara, Dwi & Fauzan, 2024). Dalam pelaksanaan proses pembelajaran, keberadaan efikasi diri memiliki peranan penting dalam memperkuat motivasi mengajar guru, karena motivasi mengajar dipengaruhi oleh keyakinan guru terhadap efektivitas dirinya dalam mengelola kelas, mengembangkan strategi pengajaran, dan menciptakan lingkungan belajar yang positif. Semakin tinggi efikasi diri guru, semakin kuat motivasi yang ditampilkan dalam proses mengajar

(Asnatasia et al., 2021). Guru memiliki peran strategis dalam mengembangkan kreativitas peserta didik (Wati, Mulyanah, et al., 2024). Efikasi diri juga berperan dalam motivasi kerja guru dan hubungan signifikan dengan berbagai aspek kinerja profesional, termasuk manajemen kelas dan inovasi pembelajaran. Efikasi diri guru dapat dipandang sebagai faktor psikologis penting yang mendasari efektivitas pengajaran dan pencapaian tujuan pendidikan di sekolah (Sahna et al., 2024). Efikasi diri berperan penting dalam menentukan bagaimana individu, khususnya guru, memandang tantangan profesional, mengelola tugas pembelajaran, serta mempertahankan usaha dan ketekunan dalam menghadapi berbagai kendala di lingkungan sekolah. Keyakinan ini tidak hanya mempengaruhi perilaku dan pengambilan keputusan, tetapi juga berdampak pada kualitas kinerja, ketahanan psikologis, dan keberhasilan individu dalam menjalankan peran profesionalnya (Bagaskara, Dwi & Fauzan, 2024). Keyakinan efikasi diri guru tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui proses kognitif yang

dipengaruhi oleh empat sumber utama menurut Bandura, yaitu: pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*), pengalaman vicarious (*vicarious experiences*), persuasi psikologis (*social persuasion*), dan keadaan fisiologis/emosional (*physiological and affective states*) (Bandura, 1997). Guru dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung menunjukkan karakteristik profesional yang lebih adaptif, seperti lebih terbuka terhadap inovasi kurikulum, lebih efektif dalam mengelola kelas yang beragam, dan lebih mampu membangun hubungan pedagogis yang positif dengan peserta didik. Sebaliknya, guru dengan efikasi diri rendah lebih mungkin untuk menghindari situasi yang menantang, mudah mengalami kelelahan emosional (*burnout*), dan kurang optimal dalam merespons kebutuhan belajar individu peserta didik (Zee & Koomen, 2020).

SIMPULAN

Dalam kegiatan pembelajaran Sekolah Dasar, motivasi mengajar guru merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan proses belajar mengajar.

Motivasi mengajar guru tidak muncul dengan sendirinya, tetapi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam diri guru maupun dari lingkungan sekitar. Guru yang memiliki kesejahteraan yang baik cenderung merasa lebih aman, nyaman, dan fokus dalam menjalankan tugas profesionalnya. Kondisi tersebut dapat mendorong guru untuk mengajar dengan lebih sungguh-sungguh dan bertanggung jawab. Selain itu, efikasi diri guru sebagai faktor internal juga berperan penting dalam membentuk motivasi mengajar. Guru yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih percaya diri dan memiliki dorongan yang lebih kuat untuk melaksanakan tugas mengajar secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Asadpour, M., Hashemi, M., & Pegah, B. (2025). The Motivational Role Of Teachers : A Systematic Review Of Key Factors Influencing Students Academic Motivation (Vol. 0).
- Asnatasia, E., Maharani, M., & Eko, Wati, D. (2021). Peran Psychological Well-Being Dan Efikasi Diri Terhadap Stres. 13(1).
- Aura, A., Ningsih, A. D., & Laura, A. (2024). I. 5(2), 130–137. <https://doi.org/10.37216/aura.v5i2.1833>
- Avola, P., Soini, T., & Anne, I. (2025). Interventions to Teacher Well - Being and Burnout A Scoping Review. *In Educational Psychology Review* (Vol. 37, Nomor 1). Springer US. <https://doi.org/10.1007/s10648-025-09986-2>
- Bagaskara, Dwi, A., & Fauzan, M. (2024). Pengaruh Efikasi Diri, Kepuasan Kerja Dan Komitmen Profesional Terhadap Kesejahteraan Subjektif Guru SD-SMP Nasima Kota Semarang. 7, 401–410.
- Berliana, C., Aida, S., Rayhan, M., & Jusmiati. (2024). Guru: Tugas Dan Peran Dalam Pendidikan. 2(2), 107–113.
- Cefai, C., Galea, N., Spiteri, R., & Cavioni, V. (2025). From Burnout To Growth : The Relationship Between Teacher’s Job Satisfaction , Wellbeing And Mental Health. 2030(November), 1–11. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1708863>
- Cilali, B., & Michou, A. (2025). Pathways to Need - Supportive Teaching : Teaching Mindsets and Motivation to Teach. *The Asia-*

- Pacific Education Researcher*, 34(2), 649–659.
<https://doi.org/10.1007/s40299-024-00885-8>
- Corthorn, C., Pedrero, V., Torres, N., Reynaldos-grandón, K., & Paredes, P. (2024). Mindfulness , Teacher Mental Health , And Well- Being In Early Education : A Correlational Study.
- Creswell, J. W., & Creswell, D. J. (2018). Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (hal. 252).
- Fackler, S., Malmberg, L. E., & Sammons, P. (2020). An International Perspective On Teacher Self-Efficacy: Personal, Structural And Environmental Factors.
- Farid, M., & Pratitis, N. T. (2022). Kesejahteraan Psikologis Guru Non-Pegawai Negeri Sipil (PNS). 2(2), 160-169.
- Fathia, R., Anastasya, Y. A., & Muna, Z. (2024). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Guru yang Mengajar di Pesisir Pantai Lhokseumawe. 6(2), 92-101.
- Hasibuan, S. (2022). The Effect of Organizational Culture , Principal Leadership and Motivation on Teacher Performance in Madrasah. 06(01), 41-53.
- Ismail, S. M., Patra, I., Yang, H., & Ajanil, B. (2023). Language Teacher Psychological Well - Being : An Insight Into The Impacts Of Emotion Regulation , Reflective Teaching , Self - Efficacy , And Identity In An EFL Context. *Asian-Pacific Journal of Second and Foreign Language Education*.
<https://doi.org/10.1186/s40862-023-00215-3>
- Izmala, A., Yusuf, D., Meilisa, M., & Iskandar, S. (2025). Peran Guru Dalam Mendorong Inovasi Pembelajaran di Era Digital. 10, 292–302.
- Jud, J., Hirt, C. N., Rosenthal, A., & Karlen, Y. (2023). Teachers ' Motivation: Exploring The Success Expectancies , Values And Costs Of The Promotion Of Self-Regulated Learning. *Teaching and Teacher Education*, 127, 104093.
<https://doi.org/10.1016/j.tate.2023.104093>
- Kanwal, N., Shahrul, A., & Isha, N. (2022). The Moderating Effects of Social Media Activities on the Relationship Between Effort-Reward Imbalance and Health and Wellbeing. 10(March), 1-14.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.805733>
- Kristiyana, Y. I. (2025). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Subjective Well-

- Being Pada Guru SD : Studi Literatur Review. 07(02), 8846–8852.
- Kurrle, L. M., & Warwas, J. (2025). Teacher Well-Being – A Conceptual Systematic Review (2020–2023).
- Lestari, E., Yulianto, A., & Sugi, S. (2025). Peran Variabel Efikasi Diri Sebagai Moderator Peningkatan Motivasi Berprestasi Guru. 10, 223–246.
- Lestari, S. S., & Muarifah, A. (2022). Work Motivation and Self-Efficacy: Building Subjective Well-Being Teacher Raudhatul Athfal. 8(1), 49–60.
- Ma, J. (2024). Pengaruh Self-Efficacy Guru, Beban Kerja, dan Stress Kerja terhadap Profesionalitas Guru TK di Kecamatan Bati-Bati Kabupaten Tanah Laut. 5(2), 2138–2149.
- Marliani, M., Ahyani, N., & Kesumawati, N. (2025). Pengaruh Efikasi Diri dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Guru di SMA Kecamatan Seberang Ulu 1 Palembang. 31(1), 9–28.
- Martini, T., & Gumilar, A. (2023). Teacher Motivation in Teaching Physical Education During Covid-19 Pandemic. 7(1), 196–204.
- Meliala, A. K. (2024). Systematic Literature Review: Validitas Konstruksi Skala Psychological Well-Being Ryff. 9(2), 950–955.
- Pasaribu, D. H., & Naerus, M. (2025). The Role of Work Motivation, Professional Competence, and School Climate in Improving Teacher Performance at SMAN 1 Karang Baru Aceh Tamiang. 9(1), 119–126.
- Qorifah, Reta, M. (2025). Dukungan Sosial Sebagai Faktor Penentu Kesejahteraan Subjektif Guru Di Lingkungan Sekolah Dasar Islam. 12(April), 97–107.