



Analisis Psychological Well-Being Mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Khairun Dalam Mempersiapkan Diri Menjadi Guru PAUD

Nurul Jariah¹, Dyla Fajhriani N², Rinova Cahyandari³, Ulfah Dwi Januarti⁴, Umikalsum Arfa⁵, A. Agustan Arifin⁶, Bujuna A. Alhaddad⁷

^{1,2,4,5,6,7} Universitas Khairun,

³ Universitas Islam Negeri Sunan Kudus

^{1,2,4,5,6,7} Jl. Bandara Babullah Kampus 1 Unkhair, Kel. Akehuda. Kota Ternate. Kode Pos 97718

³ Jalan Conge, Ngembalrejo, Kecamatan Bae, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah, 59322

Email: ryapsycho2909@gmail.com¹, dyla.fajhrianinasrul@gmail.com²,

rinova@uinsuku.ac.id³, ulfah@unkhair.ac.id⁴, umikalsumarfa@gmail.com⁵,

agustan@unkhair.ac.id⁶, bujunaalhaddad@gmail.com⁷

Abstrak: Mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan calon tenaga pendidik yang dipersiapkan untuk menguasai kompetensi pedagogik, profesional, sosial, dan kepribadian sebagai bekal dalam menjalankan profesinya. Selain penguasaan kompetensi tersebut, kesiapan mahasiswa untuk menjadi guru PAUD juga dipengaruhi oleh kondisi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik umumnya mampu menerima diri apa adanya, mengelola emosi secara positif, menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta mampu menghadapi berbagai tantangan selama menempuh pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis *psychological well-being* mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Khairun dalam mempersiapkan diri menjadi guru PAUD. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Informan penelitian berjumlah 25 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dokumentasi, serta studi pustaka, kemudian dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, interpretasi, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi *psychological well-being* mahasiswa tercermin melalui enam dimensi utama, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Di antara keenam dimensi tersebut, *purpose in life* dan *personal growth* merupakan aspek yang paling menonjol, sedangkan *environmental mastery* masih menjadi tantangan yang dihadapi oleh sebagian mahasiswa. Temuan penelitian mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis yang baik berperan dalam meningkatkan kesiapan mahasiswa untuk menjalankan tugas sebagai calon guru PAUD yang profesional, kreatif, serta memiliki karakter yang positif.

Kata kunci: *Psychological Well-Being, Mahasiswa PAUD, Calon Guru PAUD, Studi Kasus.*

Abstract: Students of the Early Childhood Education (ECE) Study Program are prospective educators who are prepared to master pedagogical, professional, social, and personal competencies as essential provisions for their future profession. In addition to these competencies, students' readiness to become early childhood education teachers is also influenced by their psychological well-being. Students with a high level of psychological well-being are generally able to accept themselves, regulate their emotions positively, establish harmonious relationships with others, maintain a clear sense of purpose in life, and effectively cope with various challenges encountered throughout their academic journey. This study aimed to describe and analyze the psychological well-being of students in the Early Childhood Education Study Program at Khairun University in preparing themselves to become early childhood education teachers. This research employed a qualitative approach using a case study design. The participants consisted of 25 students selected through purposive sampling. Data were

collected through observation, in-depth interviews, documentation, and literature review. The data were analyzed through the stages of data reduction, data display, interpretation, and conclusion drawing. The findings revealed that the students' psychological well-being was reflected in six major dimensions, namely self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, and personal growth. Among these dimensions, purpose in life and personal growth emerged as the most prominent aspects, whereas environmental mastery remained a challenge for some students. The findings indicate that good psychological well-being plays an important role in enhancing students' readiness to perform their future roles as professional, creative, and competent early childhood education teachers with positive personal characteristics.

Keywords: Psychological Well-Being; Early Childhood Education Students; Prospective Early Childhood Education Teachers; Case Study

A. Pendahuluan

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan jenjang pendidikan yang berperan penting dalam meletakkan dasar perkembangan anak, sehingga membutuhkan guru yang memiliki kompetensi dan kesiapan yang memadai. Guru PAUD tidak hanya bertugas menyampaikan pembelajaran, tetapi juga membimbing, mengarahkan, dan memfasilitasi perkembangan anak secara menyeluruh. Oleh karena itu, calon guru PAUD perlu dipersiapkan tidak hanya dari aspek akademik, tetapi juga dari aspek psikologis, emosional, sosial, dan kepribadian. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen, guru dituntut memiliki kompetensi pedagogik, profesional, sosial, dan kepribadian yang perlu dikembangkan sejak menempuh pendidikan di perguruan tinggi (Indonesia, 2005).

Mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Khairun merupakan calon guru yang dipersiapkan untuk memiliki kompetensi tersebut melalui berbagai kegiatan akademik dan praktik. Selama perkuliahan, mahasiswa menghadapi tuntutan berupa penyelesaian tugas, praktik pembelajaran, penyusunan perangkat dan media pembelajaran, serta pengalaman berinteraksi dengan anak usia dini. Tuntutan tersebut tidak hanya membutuhkan kemampuan akademik, tetapi juga kesabaran, kemampuan mengelola emosi, kepercayaan diri, kemampuan beradaptasi, dan keterampilan membangun hubungan dengan orang lain. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesiapan mahasiswa menjadi guru PAUD perlu dilihat secara lebih menyeluruh, termasuk dari kondisi kesejahteraan psikologis yang dimilikinya.

Salah satu konsep yang relevan dengan kondisi tersebut adalah *psychological well-being*. (Ryff, 2014) menjelaskan bahwa *psychological well-being* berkaitan dengan kemampuan individu untuk menerima diri, membangun hubungan positif, bertindak secara mandiri, mengelola lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan mengembangkan potensi diri. Dalam konteks mahasiswa PAUD, kondisi psikologis tersebut penting karena dapat mendukung mahasiswa dalam menghadapi tuntutan perkuliahan, menjalani praktik mengajar, membangun interaksi dengan anak, serta mempersiapkan diri menghadapi tanggung jawab sebagai calon guru.

Secara ideal (*das sollen*), mahasiswa Program Studi PAUD diharapkan memiliki *psychological well-being* yang baik sehingga mampu menjalani proses pendidikan dengan percaya diri dan memiliki kesiapan untuk memasuki profesi guru. Namun, kondisi yang ditemukan di lapangan (*das sein*) menunjukkan bahwa masih terdapat

mahasiswa yang mengalami kecemasan ketika melaksanakan praktik mengajar, kurang percaya diri saat berhadapan dengan anak, kesulitan mengelola tekanan akademik, serta keraguan dalam menghadapi tuntutan profesi. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kesiapan psikologis yang diharapkan dengan pengalaman yang dihadapi mahasiswa selama proses mempersiapkan diri menjadi guru PAUD.

Penelitian mengenai *psychological well-being* pada mahasiswa telah banyak dilakukan, tetapi sebagian besar berfokus pada mahasiswa secara umum atau mahasiswa rantau dengan perhatian pada adaptasi sosial dan akademik, dukungan sosial, *self-compassion*, optimisme, resiliensi, dan penyesuaian diri. Penelitian lain lebih banyak mengkaji *psychological well-being* dalam kaitannya dengan stres, kepuasan hidup, kesehatan mental, atau kesejahteraan mahasiswa. Meskipun penelitian-penelitian tersebut memberikan gambaran mengenai faktor yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, masih terdapat keterbatasan dalam menjelaskan bagaimana *psychological well-being* mahasiswa yang sedang dipersiapkan menjadi guru PAUD terbentuk dalam konteks pengalaman akademik dan praktik kependidikan, serta bagaimana kondisi tersebut berkaitan dengan kesiapan mereka menghadapi karakteristik dan permasalahan anak di lingkungan sekolah.

Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya *research gap* yang perlu dikaji lebih lanjut, khususnya pada mahasiswa Program Studi PAUD Universitas Khairun. Penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) karena tidak hanya melihat *psychological well-being* sebagai kondisi psikologis mahasiswa, tetapi mengkajinya dalam konteks kesiapan menjadi guru PAUD dengan memperhatikan pengalaman mahasiswa selama menjalani proses pendidikan dan praktik pembelajaran. Penelitian ini juga menggambarkan secara mendalam enam dimensi *psychological well-being*, yaitu *self-acceptance*, *positive relations*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*, serta melihat aspek-aspek yang telah berkembang maupun yang masih memerlukan penguatan sebagai bagian dari kesiapan mahasiswa menghadapi tugas profesional sebagai guru PAUD.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini diarahkan untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi *psychological well-being* mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Khairun dalam mempersiapkan diri menjadi guru PAUD, termasuk dimensi yang telah berkembang dan aspek yang masih memerlukan penguatan. Penelitian ini bertujuan menganalisis *psychological well-being* mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Khairun dalam mempersiapkan diri menjadi guru PAUD. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi Program Studi PAUD Universitas Khairun dalam merancang pembinaan mahasiswa yang tidak hanya berorientasi pada penguatan kompetensi akademik dan pedagogik, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis sebagai bagian dari pembentukan calon guru PAUD yang profesional, kompeten, dan mampu mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

B. Landasan Teori

Konsep *psychological well-being* diperkenalkan oleh Carol D. Ryff melalui pendekatan *eudaimonic*, yang memandang kesejahteraan sebagai kemampuan

individu untuk mengembangkan potensi dirinya secara optimal, bukan sekadar merasakan kebahagiaan atau kepuasan hidup. Dalam pandangan Ryff (1989; 2014), *psychological well-being* menggambarkan kondisi psikologis individu yang ditandai dengan kemampuan menerima diri sendiri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, bersikap mandiri dalam mengambil keputusan, mengelola lingkungan secara efektif, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta terus mengembangkan kapasitas diri. (Ryff, 2014).

Menurut (Ryff, 2014), *psychological well-being* dibangun oleh enam dimensi utama yang saling berkaitan. *Self-acceptance* atau penerimaan diri merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya secara menyeluruh, baik kelebihan maupun keterbatasan yang dimiliki. Individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik umumnya mampu memandang pengalaman hidup secara positif, menghargai dirinya sendiri, dan tidak mudah terjebak pada penilaian negatif terhadap diri; Dimensi *positive relations with others* mengacu pada kemampuan seseorang dalam membangun dan mempertahankan hubungan interpersonal yang sehat. Hubungan tersebut ditandai oleh adanya rasa saling percaya, kepedulian, empati, serta kemampuan bekerja sama dengan orang lain. Kualitas hubungan sosial yang positif merupakan salah satu indikator penting dalam mencerminkan kesejahteraan psikologis seseorang; *Autonomy* menunjukkan kemampuan individu untuk bertindak secara mandiri dan mengambil keputusan berdasarkan keyakinan serta nilai yang diyakininya. Individu dengan tingkat *autonomy* yang baik tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial dan mampu mempertahankan prinsip yang dimiliki dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan; *Environmental mastery* merupakan kemampuan individu dalam mengelola lingkungan tempat ia berada sehingga mampu memenuhi tuntutan kehidupan sehari-hari. Individu yang memiliki dimensi ini dengan baik akan lebih mudah memanfaatkan peluang, menyelesaikan permasalahan, serta menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi di sekitarnya; Dimensi *purpose in life* berkaitan dengan kemampuan individu dalam menetapkan tujuan hidup yang memberikan arah dan makna terhadap setiap aktivitas yang dijalani. Adanya tujuan hidup yang jelas akan mendorong individu untuk tetap termotivasi dalam mencapai cita-cita serta menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama proses kehidupan; *Personal growth* menggambarkan kemampuan individu untuk terus berkembang melalui proses belajar dan pengalaman hidup. Individu yang memiliki dimensi ini akan senantiasa berupaya meningkatkan kemampuan, memperluas wawasan, serta mengembangkan potensi diri agar mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi sepanjang kehidupannya.

Selain teori yang dikemukakan (Seligman, 2011), juga menjelaskan konsep kesejahteraan melalui model PERMA (*Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, dan Accomplishment*). Menurut Seligman, kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam merasakan emosi positif, terlibat secara penuh dalam aktivitas, membangun hubungan yang baik dengan orang lain, menemukan makna hidup, serta mencapai berbagai tujuan yang diinginkan. Kelima komponen tersebut saling melengkapi dalam membentuk kualitas kehidupan seseorang.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa *psychological well-being* dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh (Neff, K. D., & Germer, 2013), membuktikan bahwa *self-compassion* berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis karena membantu individu menerima diri sendiri, mengurangi kritik terhadap diri, serta mengelola tekanan emosional secara lebih adaptif. Di sisi lain, (Hu, T., Zhang, D., & Wang, 2015), melalui hasil meta-analisisnya menemukan bahwa resiliensi memiliki hubungan positif dengan kesehatan mental dan *psychological well-being*. Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan, bangkit dari kesulitan, serta mempertahankan kesejahteraan psikologisnya dalam berbagai kondisi kehidupan.

Kesiapan merupakan salah satu aspek penting yang harus dimiliki seseorang sebelum melaksanakan suatu tugas atau profesi tertentu. Kesiapan tidak hanya berkaitan dengan kemampuan intelektual, tetapi juga mencakup kematangan fisik, mental, emosional, pengetahuan, serta keterampilan yang mendukung individu dalam menjalankan tanggung jawabnya. Menurut (Slameto, 2015), kesiapan adalah keseluruhan kondisi yang ada pada diri individu yang memungkinkan seseorang memberikan respons atau tindakan secara tepat terhadap situasi yang dihadapi. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri individu, seperti motivasi, minat, kemampuan, dan kondisi psikologis, maupun faktor dari luar, seperti lingkungan belajar, pengalaman, serta dukungan sosial.

Dalam bidang pendidikan, kesiapan mahasiswa menjadi guru dapat diartikan sebagai kemampuan calon pendidik dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab profesinya setelah menyelesaikan proses pendidikan. Kesiapan tersebut tidak hanya ditunjukkan melalui penguasaan materi ajar dan keterampilan mengajar, tetapi juga melalui kematangan emosional, kemampuan berinteraksi secara sosial, integritas moral, serta sikap profesional yang mendukung pelaksanaan tugas sebagai seorang pendidik. Dengan demikian, keberhasilan mahasiswa dalam mempersiapkan diri menjadi guru dipengaruhi oleh keseimbangan antara kompetensi akademik dan kesiapan psikologis.

Sebagai calon guru, mahasiswa dituntut untuk memenuhi standar kompetensi yang telah ditetapkan. Berdasarkan (Indonesia, 2005), tentang Guru dan Dosen, seorang guru wajib memiliki empat kompetensi utama, yaitu kompetensi pedagogik, kompetensi profesional, kompetensi sosial, dan kompetensi kepribadian. Kompetensi pedagogik berkaitan dengan kemampuan memahami karakteristik peserta didik dan mengelola proses pembelajaran. Kompetensi profesional mencerminkan penguasaan materi pembelajaran sesuai bidang keahlian. Kompetensi sosial berhubungan dengan kemampuan berkomunikasi dan berinteraksi secara efektif dengan peserta didik, rekan kerja, maupun masyarakat. Sementara itu, kompetensi kepribadian berkaitan dengan sikap, moral, serta integritas yang menjadi teladan bagi peserta didik. Keempat kompetensi tersebut menjadi dasar dalam menilai kesiapan seseorang untuk menjalankan profesi sebagai guru.

Bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), kesiapan menjadi guru memiliki karakteristik yang lebih spesifik. Hal ini disebabkan karena guru PAUD berhadapan langsung dengan anak-anak yang berada pada masa perkembangan awal sehingga memerlukan pendekatan pembelajaran yang sesuai

dengan karakteristik usia mereka. Oleh karena itu, mahasiswa PAUD tidak hanya dituntut mampu memahami tahapan perkembangan anak usia dini, tetapi juga harus memiliki kemampuan dalam merancang kegiatan pembelajaran yang menarik, menggunakan media pembelajaran yang tepat, membangun komunikasi yang efektif, menunjukkan sikap empati dan kesabaran, serta menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan menyenangkan bagi anak.

Menurut (Darling-Hammond, 2006), kesiapan calon guru dipengaruhi oleh berbagai pengalaman yang diperoleh selama menjalani pendidikan, terutama melalui praktik mengajar, kemampuan melakukan refleksi terhadap pengalaman belajar, serta kesiapan psikologis dalam menghadapi berbagai tantangan di lingkungan sekolah. Pengalaman tersebut membantu mahasiswa mengembangkan kompetensi profesional sekaligus meningkatkan rasa percaya diri dalam menjalankan tugas sebagai pendidik. Oleh karena itu, proses pendidikan calon guru tidak cukup hanya berorientasi pada penguasaan materi akademik, tetapi juga perlu memberikan perhatian terhadap pengembangan aspek psikologis agar mahasiswa mampu beradaptasi dengan berbagai tuntutan profesi guru di masa mendatang.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa kesiapan mahasiswa menjadi guru PAUD merupakan kondisi yang mencerminkan kematangan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan kesiapan psikologis dalam melaksanakan tugas sebagai pendidik profesional. Semakin baik kesiapan yang dimiliki mahasiswa, semakin besar pula peluang mereka untuk menjalankan profesi guru PAUD secara efektif, bertanggung jawab, dan sesuai dengan kompetensi yang diharapkan.

Psychological well-being merupakan salah satu aspek psikologis yang memiliki peran penting dalam membentuk kesiapan mahasiswa untuk menjalankan profesinya sebagai guru PAUD. Kesejahteraan psikologis yang baik memungkinkan mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik maupun nonakademik secara lebih adaptif. Mahasiswa dengan tingkat *psychological well-being* yang tinggi umumnya memiliki kemampuan mengelola emosi, mengatasi tekanan selama proses perkuliahan, menjalin hubungan interpersonal yang sehat, serta memiliki dorongan yang kuat untuk terus mengembangkan kemampuan dirinya sebagai calon pendidik.

Menurut (Ryff, 2014), individu yang memiliki *psychological well-being* tinggi cenderung mampu menerima dirinya secara positif, memiliki arah dan tujuan hidup yang jelas, serta terus berupaya mengembangkan potensi yang dimilikinya. Karakteristik tersebut menjadi modal yang penting bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini karena proses pendidikan guru tidak hanya menuntut penguasaan kompetensi akademik, tetapi juga kesiapan mental dan emosional dalam menghadapi berbagai situasi pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan lebih siap menjalani praktik mengajar, menghadapi tantangan di lingkungan sekolah, serta beradaptasi dengan tuntutan profesi sebagai guru PAUD.

Setiap dimensi *psychological well-being* memberikan kontribusi terhadap pembentukan kesiapan mahasiswa menjadi guru. Dimensi *self-acceptance* membantu mahasiswa menerima kemampuan dan keterbatasan dirinya sehingga dapat membangun rasa percaya diri ketika melaksanakan praktik mengajar. Dimensi *positive relations with others* mendukung kemampuan mahasiswa dalam menjalin komunikasi

dan kerja sama yang baik dengan dosen, teman sejawat, peserta didik, maupun orang tua. Selanjutnya, dimensi *autonomy* berperan dalam membentuk kemandirian mahasiswa dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan proses pembelajaran. Sementara itu, *environmental mastery* membantu mahasiswa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, mengelola kelas, serta menghadapi berbagai permasalahan yang muncul selama praktik mengajar. Dimensi *purpose in life* memberikan arah yang jelas terhadap tujuan mahasiswa untuk berkarier sebagai guru PAUD, sedangkan *personal growth* mendorong mahasiswa agar terus meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kompetensi profesionalnya secara berkelanjutan.

Berbagai penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa *psychological well-being* berkaitan erat dengan berbagai aspek yang mendukung kesiapan mahasiswa dalam menjalankan profesinya. Penelitian yang dilakukan oleh (Ryff, 2014), menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam menghadapi tantangan hidup dan mengembangkan dirinya secara optimal. Selain itu, (Seligman, 2011), melalui teori PERMA menjelaskan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik cenderung mempunyai motivasi yang lebih tinggi, mampu membangun hubungan sosial yang positif, serta memiliki tujuan hidup yang bermakna. Penelitian (Neff, K. D., & Germer, 2013), juga menemukan bahwa *self-compassion* membantu individu meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui kemampuan menerima diri, mengurangi tekanan emosional, serta mengembangkan strategi yang lebih adaptif dalam menghadapi berbagai permasalahan. Berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa *psychological well-being* memiliki hubungan positif dengan motivasi belajar, efikasi diri, resiliensi, kepuasan akademik, serta kesiapan individu dalam menghadapi dunia kerja.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa *psychological well-being* merupakan salah satu faktor yang berperan penting dalam mendukung kesiapan mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Khairun untuk menjadi guru PAUD. Mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik cenderung lebih mampu mengembangkan kompetensi profesional, menjaga kestabilan emosi, membangun hubungan interpersonal yang positif, serta beradaptasi dengan berbagai tuntutan profesi. Oleh karena itu, penguatan *psychological well-being* selama masa perkuliahan menjadi bagian yang penting dalam mempersiapkan calon guru PAUD yang profesional, kompeten, kreatif, dan memiliki kematangan emosional.

C. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman secara mendalam mengenai *psychological well-being* mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini dalam mempersiapkan diri menjadi guru PAUD berdasarkan pengalaman yang mereka alami selama proses perkuliahan dan praktik pembelajaran. Menurut Creswell dan Poth (2018), studi kasus merupakan pendekatan penelitian yang digunakan untuk mengeksplorasi suatu kasus secara mendalam dalam konteks kehidupan nyata dengan memanfaatkan berbagai sumber informasi. Penelitian dilaksanakan di Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas

Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Khairun karena lokasi tersebut sesuai dengan fokus penelitian dan karakteristik subjek yang dibutuhkan.

Subjek penelitian berjumlah 25 mahasiswa dengan kriteria berasal dari semester VI dan semester VIII. Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2023). Informan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang masih aktif mengikuti perkuliahan, telah memperoleh pengalaman dalam praktik pembelajaran, dan memiliki pengalaman dalam mempersiapkan diri untuk menjadi guru PAUD. Selain itu, informan bersedia memberikan informasi berdasarkan pengalaman yang mereka alami selama mengikuti proses perkuliahan dan kegiatan praktik. Pemilihan mahasiswa semester VI dan VIII dilakukan karena mahasiswa pada tingkat tersebut telah memperoleh pengalaman akademik dan praktik pembelajaran yang berkaitan dengan persiapan menjadi calon guru PAUD.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dokumentasi, dan studi pustaka. Observasi dilakukan dengan mengamati kondisi dan perilaku mahasiswa yang berkaitan dengan aspek *psychological well-being*, seperti kepercayaan diri, kemandirian, kemampuan berinteraksi, pengelolaan emosi, kemampuan menghadapi tuntutan akademik, serta keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan pembelajaran dan praktik. Observasi dilakukan selama proses penelitian dengan mencatat hal-hal yang dianggap berkaitan dengan fokus penelitian pada lembar atau catatan observasi. Hasil observasi digunakan untuk memberikan gambaran mengenai kondisi informan dan menjadi bahan pembandingan dengan informasi yang diperoleh melalui wawancara.

Wawancara dilakukan secara mendalam kepada informan untuk memperoleh informasi mengenai pengalaman mereka dalam menghadapi tuntutan perkuliahan, praktik pembelajaran, hubungan dengan orang lain, pengelolaan permasalahan, tujuan menjadi guru PAUD, serta usaha yang dilakukan dalam mengembangkan kemampuan diri. Wawancara dilakukan secara langsung dengan menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun berdasarkan enam dimensi *psychological well-being* menurut Ryff, yaitu *self-acceptance*, *positive relations*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Pertanyaan wawancara disampaikan secara terbuka sehingga informan memiliki kesempatan untuk menjelaskan pengalaman dan kondisi yang mereka alami secara lebih bebas. Selama proses wawancara, peneliti mencatat informasi penting dan mendokumentasikan proses wawancara sesuai dengan persetujuan informan.

Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan, foto kegiatan, serta dokumen yang berkaitan dengan proses penelitian dan kegiatan akademik mahasiswa. Sementara itu, studi pustaka digunakan untuk memperkuat pemahaman terhadap konsep *psychological well-being*, kesiapan menjadi guru PAUD, serta hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan fokus penelitian. Penggunaan beberapa teknik pengumpulan data tersebut dilakukan agar informasi yang diperoleh tidak hanya berasal dari satu sumber, tetapi dapat saling melengkapi dalam menggambarkan kondisi *psychological well-being* mahasiswa.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan model analisis data kualitatif Miles, Huberman, dan Saldaña (2014), yang meliputi kondensasi data,

penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Pada tahap kondensasi data, peneliti memilih, memusatkan perhatian, menyederhanakan, dan mengelompokkan data yang berkaitan dengan fokus penelitian. Data hasil observasi dan wawancara kemudian dikelompokkan berdasarkan enam dimensi *psychological well-being* serta faktor-faktor yang muncul dari pengalaman informan. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian naratif dan tabel agar hubungan antara informasi yang diperoleh dengan fokus penelitian dapat terlihat dengan jelas. Pada tahap akhir, peneliti menarik kesimpulan berdasarkan pola dan temuan yang muncul dari data, kemudian melakukan verifikasi kembali dengan melihat kesesuaian antara hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik (Moleong, 2021). Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diberikan oleh informan yang berbeda untuk melihat kesamaan maupun perbedaan pengalaman mengenai *psychological well-being* dan kesiapan menjadi guru PAUD. Sementara itu, triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh melalui wawancara dengan hasil observasi dan dokumentasi. Apabila informasi yang diperoleh dari beberapa sumber dan teknik menunjukkan kesesuaian, data tersebut digunakan sebagai dasar yang lebih kuat dalam menetapkan temuan penelitian. Sebaliknya, apabila terdapat perbedaan informasi, peneliti melakukan pemeriksaan kembali terhadap catatan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk memahami penyebab perbedaan tersebut sebelum menarik kesimpulan. Dengan demikian, hasil triangulasi tidak hanya digunakan untuk menguji keabsahan data, tetapi juga menjadi bagian dari proses verifikasi dalam memastikan bahwa temuan penelitian sesuai dengan kondisi yang ditemukan di lapangan.

D. Analisis Psychological Well-Being Mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Khairun Dalam Mempersiapkan Diri Menjadi Guru PAUD

Temuan penelitian menunjukkan bahwa *psychological well-being* mahasiswa dalam mempersiapkan diri menjadi guru PAUD dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar. Faktor-faktor tersebut mencakup *self acceptance*, *positive relations*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth*. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara mendalam terhadap 25 mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG PAUD), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Khairun, diketahui bahwa setiap informan memiliki pengalaman, cara menghadapi berbagai tantangan, serta kemampuan beradaptasi yang berbeda dalam mempertahankan kesejahteraan psikologisnya selama mempersiapkan diri sebagai calon guru PAUD.

Tabel 1. Dimensi *Psychological well being* Mahasiswa dalam Kesiapan Menjadi Guru PAUD

Dimensi Psychological Well-Being	Temuan
<i>Self Acceptance</i>	Sebanyak 5 mahasiswa mampu menerima kelebihan dan kekurangan dirinya dengan baik. Kemampuan ini menjadi salah satu aspek

	pendukung bagi calon guru PAUD dalam membangun kepercayaan diri, mengelola emosi, serta mengembangkan sikap profesional dalam menjalankan peran sebagai pendidik.
<i>Positive Relations</i>	Sebanyak 3 mahasiswa memiliki hubungan yang baik dengan dosen dan teman sebaya. Kemampuan membangun hubungan positif menjadi salah satu faktor yang mendukung calon guru PAUD dalam menjalin komunikasi yang efektif, bekerja sama dengan lingkungan pendidikan, serta membangun interaksi yang baik dengan anak dan orang tua.
<i>Autonomy</i>	Sebanyak 6 mahasiswa mampu mengambil keputusan secara mandiri dan bertanggung jawab. Kemampuan ini menjadi salah satu aspek penting bagi calon guru PAUD dalam menentukan tindakan yang tepat, menyusun strategi pembelajaran, serta menghadapi berbagai permasalahan dalam proses pendidikan.
<i>Environmental Mastery</i>	Sebanyak 2 mahasiswa mampu mengelola tuntutan akademik dan menyesuaikan diri dengan lingkungan secara efektif. Kemampuan tersebut menjadi salah satu faktor yang membantu calon guru PAUD dalam mengelola lingkungan belajar, beradaptasi dengan situasi kerja, serta menghadapi tantangan dalam pelaksanaan tugas kependidikan.
<i>Purpose in Life</i>	Sebanyak 4 mahasiswa memiliki tujuan yang jelas untuk menjadi guru PAUD yang profesional. Kejelasan tujuan tersebut menjadi pendorong bagi calon guru PAUD untuk terus mengembangkan kompetensi, meningkatkan kualitas diri, dan mempersiapkan diri dalam memberikan pembelajaran yang bermakna bagi anak usia dini.
<i>Personal Growth</i>	Sebanyak 5 mahasiswa menunjukkan perkembangan kemampuan mengajar melalui pengalaman praktik lapangan dan kegiatan akademik. Perkembangan tersebut menunjukkan kesiapan calon guru PAUD untuk terus belajar, meningkatkan kompetensi pedagogik, serta mengembangkan kemampuan dalam memahami kebutuhan dan karakteristik anak usia dini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *psychological well-being* mahasiswa dalam mempersiapkan diri menjadi guru PAUD tidak berada pada kondisi yang sama pada setiap informan. Perbedaan tersebut terlihat dari kemunculan enam dimensi *psychological well-being*, yaitu *self-acceptance*, *positive relations*, *autonomy*,

environmental mastery, purpose in life, dan *personal growth*, dengan jumlah mahasiswa yang menunjukkan kondisi pada setiap dimensi yang berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa tidak dapat dipahami hanya berdasarkan ada atau tidaknya kondisi psikologis yang positif, tetapi juga perlu dilihat dari kemampuan masing-masing mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik, membangun hubungan, mengambil keputusan, mengelola lingkungan, menentukan tujuan, dan mengembangkan dirinya. Pandangan tersebut sejalan dengan Ryff yang menempatkan *psychological well-being* sebagai bentuk keberfungsian positif yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk menjalani kehidupan secara bermakna sekaligus menghadapi berbagai tantangan yang muncul dalam kehidupannya.

Pada dimensi *self-acceptance*, sebanyak 5 mahasiswa menunjukkan kemampuan menerima kelebihan dan kekurangan dirinya. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa telah memiliki sikap positif terhadap dirinya dan mampu mengenali kondisi diri tanpa harus mengabaikan kekurangan yang dimiliki. Dalam konsep Ryff, *self-acceptance* tidak hanya berarti merasa puas terhadap diri sendiri, tetapi juga mampu menerima berbagai aspek diri, termasuk kelebihan dan keterbatasan. Bagi calon guru PAUD, kemampuan tersebut penting karena proses menjadi guru tidak terlepas dari pengalaman melakukan kesalahan, menerima masukan, dan mengevaluasi kemampuan mengajar. Mahasiswa yang mampu menerima dirinya cenderung memiliki ruang yang lebih besar untuk memperbaiki kekurangan tanpa melihat kekurangan tersebut sebagai hambatan untuk berkembang. Dengan demikian, temuan pada dimensi ini menunjukkan bahwa penerimaan diri dapat menjadi bagian dari proses pembentukan sikap profesional calon guru PAUD.

Pada dimensi *positive relations*, ditemukan 3 mahasiswa yang menunjukkan hubungan baik dengan dosen dan teman sebaya. Jumlah tersebut lebih rendah dibandingkan beberapa dimensi lainnya, sehingga menunjukkan bahwa kemampuan membangun hubungan positif belum terlihat secara merata pada seluruh mahasiswa. Dalam pandangan Ryff, hubungan positif berkaitan dengan kemampuan membangun relasi yang hangat, saling percaya, dan memiliki kepedulian terhadap orang lain. Kondisi ini menjadi penting bagi calon guru PAUD karena pekerjaan guru menuntut kemampuan berinteraksi bukan hanya dengan anak, tetapi juga dengan orang tua, sesama guru, dan pihak lain dalam lingkungan pendidikan. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Lee et al. (2024) yang menunjukkan bahwa pengembangan kesejahteraan psikologis pada guru prasekolah dapat berkaitan dengan aspek kompetensi profesional dan motivasi dalam menjalankan peran sebagai pendidik. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa kesejahteraan guru dapat dikembangkan melalui intervensi psikologis yang mendukung aspek sosial dan emosional.

Dimensi *autonomy* menunjukkan kondisi yang relatif lebih banyak ditemukan, yaitu 6 mahasiswa mampu mengambil keputusan secara mandiri dan bertanggung jawab. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa telah memiliki kemampuan menentukan tindakan berdasarkan pertimbangan pribadi dan bertanggung jawab terhadap keputusan yang dibuat. Dalam teori Ryff, *autonomy* berkaitan dengan kemampuan individu menentukan arah tindakannya sendiri, memiliki pendirian, dan tidak sepenuhnya bergantung pada penilaian orang lain. Bagi calon guru PAUD, kemampuan ini diperlukan ketika menghadapi situasi pembelajaran

yang tidak selalu dapat diselesaikan dengan mengikuti contoh yang sudah ada. Guru perlu menentukan tindakan berdasarkan kondisi anak, tujuan pembelajaran, dan situasi yang dihadapi. Oleh karena itu, kemampuan mengambil keputusan secara mandiri dapat menjadi salah satu bagian yang mendukung kesiapan mahasiswa untuk menghadapi situasi nyata dalam pembelajaran PAUD.

Berbeda dengan *autonomy*, dimensi *environmental mastery* merupakan aspek yang paling sedikit ditemukan, yaitu hanya 2 mahasiswa. Temuan ini menjadi bagian penting dalam penelitian karena menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengelola tuntutan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan belum berkembang secara merata. Dalam teori Ryff, *environmental mastery* berkaitan dengan kemampuan individu mengelola lingkungan, memanfaatkan kesempatan yang tersedia, serta menciptakan atau memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi dirinya. Dengan demikian, rendahnya temuan pada dimensi ini tidak serta-merta menunjukkan bahwa mahasiswa tidak mampu menghadapi lingkungan, tetapi dapat menunjukkan bahwa tuntutan akademik, pengalaman praktik, pengelolaan waktu, serta kebutuhan menyesuaikan diri dengan situasi pendidikan masih menjadi tantangan bagi sebagian mahasiswa.

Kondisi tersebut dapat dipahami karena mahasiswa PG PAUD berada pada tahap peralihan dari lingkungan perkuliahan menuju tuntutan profesi yang lebih nyata. Dalam proses tersebut, mahasiswa tidak hanya dituntut memahami teori, tetapi juga menerapkannya dalam kegiatan praktik, berhadapan dengan karakteristik anak yang berbeda, bekerja sama dengan orang lain, serta menyesuaikan diri dengan kondisi pembelajaran yang tidak selalu dapat diprediksi. Penelitian Zhou dan Ismail (2024) mengenai *psychological well-being* guru prasekolah juga menunjukkan bahwa kondisi lingkungan kerja, tuntutan kehidupan, dan kemampuan menghadapi berbagai tekanan menjadi bagian yang memengaruhi kesejahteraan psikologis guru. Dengan demikian, temuan *environmental mastery* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pembinaan calon guru PAUD tidak cukup hanya berfokus pada penguasaan materi dan keterampilan mengajar, tetapi juga perlu memberikan pengalaman yang membantu mahasiswa mengelola tuntutan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan.

Pada dimensi *purpose in life*, sebanyak 4 mahasiswa memiliki tujuan yang jelas untuk menjadi guru PAUD yang profesional. Kejelasan tujuan tersebut menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa telah memiliki arah yang ingin dicapai melalui proses pendidikan yang sedang dijalani. Menurut Ryff, *purpose in life* berkaitan dengan kemampuan individu memiliki tujuan, arah, dan keyakinan bahwa kehidupannya memiliki makna. Dalam konteks pendidikan calon guru, tujuan menjadi guru PAUD dapat menjadi pendorong bagi mahasiswa untuk mengikuti perkuliahan, praktik lapangan, dan kegiatan pengembangan diri secara lebih terarah. Namun, jumlah mahasiswa pada dimensi ini juga menunjukkan bahwa tujuan profesional tersebut belum tentu dimiliki atau dirasakan dengan tingkat kejelasan yang sama oleh seluruh mahasiswa. Karena itu, proses pembinaan calon guru perlu membantu mahasiswa menghubungkan pengalaman perkuliahan dengan tujuan profesional yang ingin dicapai.

Selanjutnya, pada dimensi *personal growth*, sebanyak 5 mahasiswa menunjukkan perkembangan kemampuan mengajar melalui pengalaman praktik

lapangan dan kegiatan akademik. Temuan ini memperlihatkan bahwa sebagian mahasiswa tidak hanya berusaha mempertahankan kondisi dirinya, tetapi juga berupaya mengembangkan kemampuan yang diperlukan untuk menjadi guru. Dalam konsep Ryff, *personal growth* berkaitan dengan keterbukaan terhadap pengalaman baru, pengembangan potensi, dan proses menjadi individu yang terus berkembang. Bagi mahasiswa PG PAUD, perkembangan tersebut dapat terlihat melalui kemauan belajar dari pengalaman praktik, menerima masukan, meningkatkan kemampuan mengajar, dan memahami karakteristik serta kebutuhan anak. Dengan demikian, *personal growth* memiliki keterkaitan yang kuat dengan proses pembentukan kompetensi calon guru karena profesi guru menuntut proses belajar yang berlangsung secara terus-menerus.

Jika dibandingkan antar dimensi, temuan penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang cukup jelas. *Autonomy* merupakan dimensi yang paling banyak ditemukan, sedangkan *environmental mastery* merupakan dimensi yang paling sedikit ditemukan. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dapat memiliki kemampuan mengambil keputusan secara mandiri, tetapi belum tentu memiliki kemampuan yang sama kuat dalam mengelola tuntutan lingkungan. Artinya, kesejahteraan psikologis mahasiswa bersifat multidimensional dan tidak dapat disimpulkan hanya dari satu kemampuan. Seorang mahasiswa dapat merasa yakin terhadap dirinya dan memiliki tujuan menjadi guru, tetapi masih mengalami kesulitan ketika harus mengatur waktu, menghadapi tekanan akademik, menyesuaikan diri dengan lingkungan praktik, atau menghadapi situasi pembelajaran yang berubah. Hal ini sesuai dengan kerangka Ryff yang memandang *psychological well-being* sebagai keberfungsian yang mencakup beberapa aspek yang saling berkaitan, bukan sebagai satu kondisi psikologis yang berdiri sendiri.

Temuan tersebut juga dapat dilihat dari penelitian Ye et al. (2024) yang menunjukkan bahwa kompetensi emosional dan *teacher self-efficacy* berkaitan dengan kinerja guru prasekolah. Penelitian tersebut menemukan bahwa kompetensi emosional dapat memprediksi kinerja guru dan berhubungan dengan *self-efficacy*, sehingga kemampuan mengelola kondisi emosional menjadi bagian yang penting dalam menjalankan tugas sebagai pendidik. Hal ini memperkuat temuan penelitian bahwa kesiapan menjadi guru PAUD tidak hanya berkaitan dengan penguasaan kemampuan mengajar, tetapi juga dengan kemampuan mahasiswa mengelola dirinya ketika berhadapan dengan tuntutan dan situasi pendidikan.

Berdasarkan keseluruhan temuan, *psychological well-being* mahasiswa PG PAUD dapat dipahami sebagai salah satu aspek yang mendukung proses pembentukan kesiapan menjadi guru PAUD. Keenam dimensi tidak berdiri sendiri, tetapi saling melengkapi. *Self-acceptance* membantu mahasiswa mengenali dan menerima dirinya, *positive relations* mendukung kemampuan berinteraksi, *autonomy* membantu mahasiswa mengambil keputusan, *environmental mastery* berkaitan dengan kemampuan menghadapi tuntutan lingkungan, *purpose in life* memberikan arah terhadap tujuan profesional, sedangkan *personal growth* mendorong mahasiswa untuk terus mengembangkan kemampuan. Dengan demikian, kesiapan calon guru PAUD perlu dipandang secara menyeluruh, mencakup kesiapan pribadi, sosial, emosional, dan profesional.

Implikasi dari temuan ini adalah perlunya pembinaan calon guru PAUD yang tidak hanya menekankan penguasaan kompetensi akademik dan pedagogik, tetapi juga memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan kesejahteraan psikologisnya. Perhatian khusus perlu diberikan pada *environmental mastery* karena dimensi tersebut menunjukkan temuan paling sedikit. Program Studi PG PAUD dapat memberikan pengalaman yang lebih terarah melalui kegiatan praktik lapangan, refleksi setelah praktik, pendampingan akademik, diskusi mengenai pengelolaan masalah pembelajaran, serta kegiatan yang melatih mahasiswa menghadapi situasi pendidikan yang beragam. Melalui kegiatan tersebut, mahasiswa dapat belajar mengelola tuntutan, menyesuaikan diri dengan lingkungan, menyelesaikan masalah secara bertahap, dan mengevaluasi pengalaman yang telah dilalui. Pembinaan juga perlu mempertahankan aspek yang sudah berkembang, seperti *autonomy* dan *personal growth*, sehingga kemampuan tersebut dapat berkembang secara seimbang dengan dimensi *psychological well-being* lainnya.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesiapan mahasiswa PG PAUD untuk menjadi guru tidak hanya ditentukan oleh kemampuan memahami teori dan melaksanakan pembelajaran, tetapi juga oleh kemampuan menjalankan fungsi psikologis secara positif dalam menghadapi proses pendidikan. Perbedaan kondisi antarmahasiswa menunjukkan bahwa pembinaan calon guru perlu memperhatikan kebutuhan yang berbeda pada setiap individu. Mahasiswa yang telah memiliki kemandirian dan tujuan profesional tetap membutuhkan penguatan dalam pengelolaan lingkungan, sedangkan mahasiswa yang masih menghadapi kesulitan dalam hubungan sosial, penerimaan diri, atau pengembangan diri memerlukan pendampingan yang sesuai. Pendekatan tersebut penting agar proses pendidikan calon guru PAUD tidak hanya menghasilkan mahasiswa yang mampu mengajar, tetapi juga calon pendidik yang mampu memahami diri, berinteraksi secara positif, menghadapi tuntutan pendidikan, dan terus berkembang dalam menjalankan tanggung jawab profesionalnya.

E. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* memiliki kontribusi penting terhadap kesiapan mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG PAUD) dalam menjalankan perannya sebagai calon pendidik profesional. Kesejahteraan psikologis mahasiswa tercermin melalui enam dimensi, yaitu *self acceptance*, *positive relations*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Keenam dimensi tersebut saling berkaitan dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan selama proses perkuliahan serta mempersiapkan diri untuk memasuki dunia profesi sebagai guru PAUD.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa PG PAUD telah mampu mengembangkan berbagai aspek psikologis, seperti menerima kondisi dirinya, menjalin hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar, mengambil keputusan secara mandiri, memiliki tujuan yang jelas untuk menjadi guru PAUD, serta meningkatkan kemampuan mengajar melalui pengalaman akademik dan praktik lapangan. Meskipun demikian, kemampuan dalam mengelola lingkungan (*environmental mastery*) masih

perlu mendapatkan perhatian karena beberapa mahasiswa masih mengalami hambatan dalam menghadapi tekanan akademik, menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan pembelajaran, dan mengelola permasalahan yang muncul selama proses pendidikan.

Secara umum, *psychological well-being* menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam pembentukan kesiapan mahasiswa PG PAUD sebagai calon guru yang profesional. Kondisi psikologis yang baik dapat membantu mahasiswa mengembangkan kompetensi diri, membangun hubungan yang positif, serta lebih siap menghadapi berbagai karakteristik dan permasalahan anak di lingkungan sekolah. Dengan kesejahteraan psikologis yang baik, calon guru PAUD diharapkan mampu menciptakan suasana pembelajaran yang nyaman, memberikan pendampingan sesuai kebutuhan anak, dan mendukung perkembangan anak secara optimal pada berbagai aspek.

DAFTAR PUSTAKA

- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). *SAGE Publications*.
- Darling-Hammond, L. (2006). *Powerful teacher education: Lessons from exemplary programs*. *San Francisco, CA: Jossey-Bass*.
- Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Personality and Individual Differences*, 76, 18–27. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.11.039>
- Indonesia, R. (2005). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen*. *Jakarta: Sekretariat Negara Republik Indonesia*.
- Lee, A. S. Y., Fung, W. K., Chan, D. K. C., & Chung, K. K. H. (2024). The effectiveness of a positive psychological intervention for promoting preschool teachers' well-being and professional competence: EASP intervention program. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 16(4), 1626–1658. <https://doi.org/10.1111/aphw.12544>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). *Thousand Oaks, CA: SAGE Publications*.
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). *PT Remaja Rosdakarya*.
- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2013). A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. *Journal of Clinical Psychology*, 69 (1), 28–44. <https://doi.org/10.1002/jclp.21923>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83 (1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. *New York, NY: Free Press*.

- Slameto. (2015). Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya (Edisi revisi). *Jakarta, Indonesia: Rineka Cipta*.
- Sugiyono. (2023). Metode penelitian kualitatif. *Bandung: Alfabeta*.
- Ye, X., Ahmad, N. A., Burhanuddin, N. A. N., Na, M., & Li, D. (2024). Preschool teachers' emotional competence and teacher self-efficacy towards preschool performance in Zhejiang Province of China. *Behavioral Sciences*, 14 (4), 280. <https://doi.org/10.3390/bs14040280>
- Zhou, H., & Ismail, H. N. (2024). Study of preschool teachers' psychological well-being in Nanjing: A developmental psychology perspective. *Universal Journal of Educational Research*, 12(4), 76–90. <https://doi.org/10.13189/ujer.2024.120402>