

## DUKUNGAN GURU DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS ANAK DALAM PERSPEKSI PENDIDIKAN ISLAM

Lailatul Zulfa<sup>1</sup>, Rizki Diana<sup>2</sup>, Dian Ika Safitriana<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan

Email: [lailatul.zulfa24002@mhs.uingusdur.ac.id](mailto:lailatul.zulfa24002@mhs.uingusdur.ac.id)<sup>1</sup>, [rizki.diana24003@mhsuingusdur.ac.id](mailto:rizki.diana24003@mhsuingusdur.ac.id)<sup>2</sup>,  
[dian.ikasafitriana24007@mhs.uingusdur.ac.id](mailto:dian.ikasafitriana24007@mhs.uingusdur.ac.id)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menelaah hubungan antara dukungan guru dan kesejahteraan psikologis anak dalam perspektif pendidikan Islam melalui studi literatur kualitatif. Pendekatan ini digunakan untuk mengintegrasikan berbagai teori dan temuan empiris tentang bagaimana peran guru memengaruhi kesejahteraan emosional, sosial, dan spiritual siswa. Hasil kajian menunjukkan bahwa dukungan guru berperan penting dalam pemenuhan tiga kebutuhan dasar manusia otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis anak. Dalam pandangan Islam, kesejahteraan psikologis mencakup keseimbangan antara ketenangan jiwa, kecerdasan akal, dan kebersihan hati, yang dapat diperkuat melalui nilai rahmah, ‘adl, dan şabr dalam interaksi guru dan siswa. Sintesis literatur juga menegaskan bahwa guru dengan empati, teladan akhlak, dan penerapan prinsip psikologi positif mampu menjadi fasilitator kesejahteraan komprehensif di sekolah. Penelitian ini merekomendasikan perlunya pelatihan literasi emosional guru dan integrasi pembelajaran sosial emosional (SEL) dalam kurikulum agar dukungan guru terhadap kesejahteraan anak menjadi budaya pendidikan yang berkelanjutan.

**Kata Kunci:** *dukungan guru, kesejahteraan psikologis, pendidikan Islam, hubungan gurusiwa, psikologi positif*

### ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between teacher support and children's psychological well-being from the perspective of Islamic education through a qualitative literature review. The approach integrates theories and empirical findings on how teachers influence students' emotional, social, and spiritual well-being. The results indicate that teacher support plays a crucial role in fulfilling the three basic psychological needs autonomy, competence, and relatedness which contribute to children's well-being. In the Islamic perspective, psychological well-being encompasses the balance of tranquility of the soul, intellectual wisdom, and purity of heart, strengthened through rahmah, ‘adl, and şabr values within teacher-student interactions. The synthesis also emphasizes that teachers who demonstrate empathy, moral exemplarity, and apply positive psychology principles serve as facilitators of comprehensive school well-being. The study recommends enhancing teachers' emotional literacy and integrating social-emotional learning (SEL) into curricula to sustain teacher support as a core culture in education.

**Keyword:** *teacher support, psychological well-being, Islamic education, teacher student relationship, positive psychology*.

### PENDAHULUAN

Pendidikan pada hakikatnya memegang peranan ganda yang sangat vital dalam kehidupan manusia, tidak hanya berfungsi sebagai sarana teknis untuk transfer pengetahuan kognitif semata, tetapi juga sebagai wahana fundamental bagi pembentukan kesejahteraan psikologis peserta didik secara utuh. Kesejahteraan psikologis anak merupakan sebuah kondisi



ideal di mana anak merasa aman secara emosional, diterima sepenuhnya oleh lingkungan sosialnya, dan memiliki makna mendalam dalam setiap aktivitas belajarnya. Dalam perspektif psikologi pendidikan, Teori *Self-Determination* menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis dapat tumbuh dan berkembang secara optimal jika tiga kebutuhan dasar manusia, yaitu otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial, dapat terpenuhi dengan baik di lingkungan sekolah. Dalam konteks pemenuhan kebutuhan ini, guru memiliki peran yang sangat sentral dan tak tergantikan sebagai figur pendukung atau *supportive figure*. Guru tidak hanya bertugas mengajar, tetapi juga berfungsi sebagai fasilitator yang membantu anak mengembangkan kepercayaan diri, rasa aman, dan motivasi intrinsik. Namun, sayangnya dalam praktik pembelajaran di sekolah saat ini, peran dukungan psikologis guru ini sering kali belum dioptimalkan karena tergeser oleh target kurikulum yang padat.

Realitas di lapangan sering kali menunjukkan adanya ketimpangan yang tajam antara idealisme teori pendidikan yang humanis dengan realitas praktik pendidikan yang keras. Banyak guru masih terjebak pada paradigma kognitif sempit yang menekankan hasil akademik berupa angka-angka semata, sementara dimensi emosional dan sosial anak sering kali terabaikan. Fakta menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami tekanan psikologis yang signifikan akibat pola komunikasi guru yang kurang supportif, pemberian umpan balik yang cenderung menghakimi atau bersifat menilai, serta tuntutan akademik yang terlampaui tinggi tanpa diimbangi dukungan mental. Akibatnya, muncul berbagai masalah seperti stres belajar, rendahnya kepercayaan diri, hingga kejemuhan atau *burnout* dalam belajar sejak usia dini. Data yang mengkhawatirkan tercermin dalam survei yang dilakukan oleh UNICEF pada tahun 2022, yang menyatakan bahwa sekitar 34% siswa sekolah dasar di Indonesia dilaporkan mengalami tekanan emosional yang berdampak langsung pada penurunan motivasi belajar mereka. Kondisi faktual ini memperkuat temuan bahwa kesejahteraan psikologis anak belum menjadi prioritas utama dalam ekosistem pembelajaran kita, padahal teori psikologi positif menekankan bahwa lingkungan belajar yang hangat adalah kunci keberhasilan.

Pentingnya peran guru dalam memitigasi masalah tersebut telah banyak disorot dalam berbagai literatur akademik terdahulu. Dukungan guru bukan sekadar pelengkap, melainkan katalisator bagi keberhasilan siswa. Merujuk pada temuan Skinner dan Belmont, diketahui bahwa dukungan guru memiliki hubungan positif yang kuat dengan keterlibatan dan motivasi belajar siswa di kelas (Prihandini & Savitri, 2021). Ketika siswa merasa didukung, mereka cenderung lebih antusias dan tekun. Sementara itu, studi lain oleh Lestari dan Aziz (2024) semakin menegaskan bahwa interaksi guru dan siswa yang dilandasi sikap empatik mampu meningkatkan *academic engagement* secara signifikan dan sekaligus menurunkan frekuensi perilaku *maladaptif* anak di dalam kelas. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan emosional guru memiliki dampak langsung terhadap perilaku dan kinerja siswa. Di Indonesia, penelitian oleh Indrawati (2017) juga menunjukkan korelasi yang serupa, di mana siswa yang merasakan dukungan emosional yang tulus dari gurunya cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang jauh lebih tinggi dibandingkan siswa yang merasa diabaikan atau tidak mendapatkan dukungan emosional yang memadai.

Meskipun urgensi dukungan guru telah banyak dikaji, sebagian besar penelitian yang ada sering kali hanya berfokus pada konteks empiris yang terbatas atau studi kasus tertentu, dan belum melakukan sintesis teoritis secara mendalam yang menggabungkan berbagai perspektif. Padahal, dimensi dukungan guru sangat luas, mencakup aspek sekuler maupun spiritual. Dalam konteks pendidikan berbasis nilai, peran guru menjadi lebih kompleks. Penelitian oleh Hasyim (2025) menyoroti dimensi ini dengan mendalam, di mana peran guru, khususnya Guru Pendidikan Agama Islam, tidak hanya mencakup pemberian bimbingan akademik formal, tetapi juga pembinaan *ruhaniyyah* atau spiritual siswa. Dalam studinya, ditemukan bahwa guru yang

secara konsisten menanamkan nilai-nilai luhur seperti ikhlas, sabar, dan *rahmah* (kasih sayang) dalam proses pembelajaran mampu menumbuhkan *emotional well-being* yang lebih stabil pada siswa. Anak-anak yang merasakan kasih sayang yang tulus dan keteladanan dari gurunya menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam *self-efficacy* serta memiliki rasa syukur yang lebih besar terhadap proses belajar yang mereka jalani, membuktikan bahwa aspek spiritualitas adalah elemen kunci kesejahteraan.

Lebih jauh lagi, dalam membangun kesejahteraan psikologis siswa, keteladanan perilaku guru menjadi instrumen pendidikan yang paling efektif melampaui kata-kata. Dzhasirkulovna et al. (2025) menekankan pentingnya pendekatan *uswah hasanah* atau teladan yang baik dalam interaksi guru-siswa di lingkungan sekolah. Mereka mengungkapkan bahwa guru yang menampilkan keteladanan akhlak mulia dalam pola komunikasi, menunjukkan empati yang mendalam, dan menerapkan disiplin spiritual, sangat membantu siswa dalam menginternalisasi nilai-nilai ketahanan mental seperti tawakal dan rasa syukur saat menghadapi tantangan akademik yang berat. Hal ini tidak hanya memperkuat kesejahteraan psikologis siswa secara instan, tetapi juga membentuk resiliensi spiritual jangka panjang yang menjadi pondasi karakter Islami siswa. Dengan demikian, dukungan guru bertransformasi dari sekadar bantuan teknis belajar menjadi bimbingan jiwa yang menenangkan. Sinergi antara dukungan emosional dan keteladanan spiritual inilah yang menciptakan jaring pengaman psikologis bagi siswa, memungkinkan mereka untuk tumbuh menjadi individu yang tangguh dan bahagia dalam menjalani proses pendidikannya.

Melengkapi perspektif tersebut, pendekatan pendidikan yang berada juga memegang peranan sentral. Penelitian oleh Rachmawati et al. (2022) menunjukkan bahwa pendekatan *ta'dib*, yakni konsep pendidikan yang menekankan adab sebelum ilmu, berkontribusi signifikan terhadap pembentukan kesejahteraan psikologis anak, terutama di sekolah berbasis Islam. Guru yang memadukan nilai-nilai adab, kasih sayang, dan kesadaran spiritual dalam pembelajaran berhasil menciptakan lingkungan belajar yang penuh makna atau *meaningful learning environment*. Dalam lingkungan seperti ini, anak-anak merasa dihargai secara holistik sebagai makhluk berakal dan berjiwa yang bermartabat, bukan sekadar sebagai pelajar yang dinilai semata-mata berdasarkan prestasi kognitif atau nilai ujiannya. Pendekatan ini mengembalikan humanisasi dalam pendidikan, di mana kesejahteraan batin siswa menjadi prasyarat bagi penerimaan ilmu pengetahuan. Ketika adab dan kenyamanan psikologis ditegakkan, proses transfer ilmu terjadi dengan lebih lancar dan berkah, menciptakan generasi yang tidak hanya pintar secara intelektual tetapi juga sehat secara mental dan spiritual.

Berdasarkan paparan latar belakang masalah dan tinjauan teoretis tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menelaah secara komprehensif hubungan antara dukungan guru dan kesejahteraan psikologis anak dalam proses belajar melalui metode studi literatur kualitatif. Penelitian ini bermaksud menggali lebih dalam mengenai konsep, bentuk-bentuk konkret, dan implikasi luas dari dukungan guru terhadap kesejahteraan psikologis anak dengan cara menganalisis dan menyintesis teori-teori psikologi pendidikan umum serta hasil penelitian terdahulu yang relevan, termasuk perspektif pendidikan Islam. Nilai kebaruan dari penelitian ini terletak pada upaya sintesis interdisipliner yang menghubungkan konsep psikologi positif dengan nilai-nilai spiritual dalam pendidikan untuk merumuskan kerangka dukungan guru yang ideal. Dengan demikian, hasil kajian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi konseptual yang berharga bagi guru dan praktisi pendidikan dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat secara emosional dan mendukung perkembangan psikologis anak secara optimal, menjawab kesenjangan antara teori ideal dan praktik di lapangan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan desain studi kepustakaan atau *literature review* untuk mengeksplorasi dinamika antara dukungan guru dan kesejahteraan psikologis anak secara komprehensif. Metode ini dipilih secara spesifik untuk memfasilitasi proses identifikasi, integrasi, serta interpretasi terhadap berbagai kerangka teori dan temuan empiris dari penelitian terdahulu yang relevan dengan topik kajian. Melalui desain ini, peneliti membangun pemahaman konseptual yang mendalam bukan melalui observasi lapangan secara langsung, melainkan melalui analisis kritis dan sistematis terhadap sumber-sumber ilmiah yang telah ada. Pendekatan ini memungkinkan sintesis dari berbagai perspektif mengenai bagaimana dukungan pendidik memengaruhi kondisi psikologis siswa dalam proses belajar. Fokus utama diletakkan pada pembedahan argumen dan bukti-bukti dari literatur akademik terpercaya untuk membangun landasan yang kokoh bagi studi ini. Dengan demikian, metode ini berfungsi sebagai instrumen efektif untuk memetakan status pengetahuan terkini, mengidentifikasi celah dalam literatur yang ada, serta merumuskan wawasan baru mengenai peran krusial pendidik dalam menunjang kesehatan mental siswa di lingkungan pendidikan.

Sumber data utama penelitian ini berasal dari beragam publikasi akademik, yang mencakup jurnal nasional maupun internasional bereputasi, buku teks psikologi pendidikan, serta laporan penelitian empiris yang diterbitkan dalam rentang waktu 2013–2024. Prosedur pengumpulan data dilaksanakan melalui strategi pencarian sistematis dengan memanfaatkan basis data akademik digital seperti *Google Scholar*, *ERIC*, dan *ResearchGate*. Guna memastikan presisi pencarian, digunakan kata kunci spesifik yang meliputi “*teacher support*,” “*psychological well-being*,” “*child learning*,” dan “*student-teacher relationship*.” Proses seleksi terhadap artikel yang diperoleh dilakukan dengan menerapkan kriteria inklusi yang ketat untuk menjamin kualitas dan relevansi data. Kriteria tersebut mencakup keterkaitan langsung substansi dengan topik penelitian, konteks subjek anak usia sekolah dasar dan menengah, serta ketersediaan teks penuh atau *full text* dalam bahasa Indonesia maupun Inggris. Penyaringan ketat ini memastikan bahwa materi yang dianalisis bersifat valid, reliabel, dan mampu menjawab rumusan masalah mengenai dampak dukungan guru terhadap siswa secara akurat.

Tahapan analisis data dalam studi ini mengikuti alur kualitatif terstruktur yang terdiri dari tiga proses utama, yakni reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi data, peneliti melakukan seleksi, pemusatan, dan penyederhanaan data mentah dari literatur untuk memilih informasi yang sesuai dengan fokus penelitian. Selanjutnya, pada tahap penyajian data, hasil kajian dikelompokkan dan dikategorisasikan berdasarkan tema-tema utama yang muncul, seperti bentuk-bentuk dukungan guru, dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis, serta implikasinya terhadap proses pembelajaran. Tahap akhir adalah penarikan kesimpulan yang melibatkan interpretasi mendalam terhadap pola dan hubungan antarvariabel yang ditemukan dalam berbagai literatur. Guna menjaga validitas dan reliabilitas hasil, peneliti menerapkan teknik triangulasi sumber dan perbandingan lintas penelitian. Proses ini melibatkan verifikasi konsistensi temuan di antara berbagai sumber data untuk meminimalkan bias dan memastikan bahwa interpretasi yang disajikan bersifat objektif serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, sehingga menghasilkan simpulan yang kokoh mengenai hubungan variabel yang diteliti.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Peran Dukungan Guru dalam Perspektif Self-Determination Theory

Dukungan guru terbukti menjadi fondasi esensial dalam memfasilitasi pemenuhan tiga kebutuhan dasar psikologis siswa: otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial, sebagaimana diamanatkan oleh *Self-Determination Theory* (SDT). Dalam praktik pedagogis,

guru yang secara konsisten memberikan kesempatan kepada siswa untuk memilih metode belajar dan menghargai pandangan mereka secara langsung meningkatkan motivasi intrinsik serta kepuasan psikologis anak. Hal ini mengurangi ketergantungan siswa pada penguatan eksternal semata, menggeser fokus mereka menjadi pembelajaran mandiri. Selain itu, umpan balik yang positif dan pengakuan atas usaha—bukan hanya hasil akhir—membangun persepsi kompetensi yang kuat pada siswa. Sesuai dengan temuan Hagger et al. (2017), persepsi kompetensi ini menyebabkan peningkatan keterlibatan akademik yang signifikan dan memicu pengalaman emosi positif seperti semangat dan rasa percaya diri. Dengan demikian, penerapan prinsip SDT dalam interaksi kelas menciptakan lingkungan yang memberdayakan, di mana anak merasa memiliki kendali penuh, mampu berkembang, dan secara efektif mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis mereka secara berkelanjutan.

Aspek keterhubungan sosial (*relatedness*) juga menjadi pilar utama dalam kerangka SDT yang dipenuhi melalui dukungan interpersonal guru. Guru yang mampu membangun hubungan hangat, empatik, dan saling percaya menciptakan rasa aman emosional yang memungkinkan siswa mengekspresikan kekhawatiran dan menerima dukungan dalam menghadapi tantangan belajar yang kompleks. Bukti meta-analisis dari Quin (2017) mengonfirmasi bahwa dukungan sosial guru berkorelasi signifikan dengan *academic engagement* dan *psychological well-being* siswa di berbagai konteks budaya dan pendidikan. Hubungan interpersonal yang positif ini berfungsi sebagai jaring pengaman psikologis, membantu anak merasa diterima secara sosial di lingkungan sekolah dan mengurangi risiko isolasi. Oleh karena itu, dukungan guru yang bersifat holistik dalam memenuhi ketiga kebutuhan dasar ini merupakan prasyarat mutlak bagi terciptanya kesejahteraan psikologis yang stabil pada anak, menjadikan sekolah bukan hanya tempat transfer ilmu, tetapi juga ruang pertumbuhan mental yang sehat.

## 2. Integrasi Kesejahteraan Psikologis Barat dan Perspektif Islam

Hasil kajian ini mengungkapkan bahwa konsep *psychological well-being* mendapatkan kedalaman makna yang signifikan ketika dianalisis melalui lensa perspektif Islam, melampaui fokus psikologi Barat yang cenderung menekankan kebahagiaan subjektif (*subjective well-being*). Kesejahteraan sejati dalam pandangan Islam tercapai ketika terdapat keseimbangan antara ketenangan jiwa (*nafs al-mutma'innah*), kemampuan akal, dan kebersihan hati. Seorang anak dikatakan sejahtera secara psikologis ketika ia merasa aman, dicintai, dan diterima, serta mampu mengembangkan potensinya dengan landasan sikap syukur dan keikhlasan. Dalam konteks ini, peran guru bertransformasi menjadi lebih dari sekadar edukator akademik; mereka adalah model moral dan spiritual yang menunjukkan nilai-nilai kasih sayang (*rahmah*), keadilan ('*adl*), dan kesabaran (*ṣabr*). Penerapan nilai-nilai fundamental ini menciptakan iklim belajar yang menenangkan, yang secara bertahap mengarahkan anak menuju kedewasaan emosional dan spiritual yang seimbang, mengintegrasikan kesuksesan dunia dengan ketenangan batin.

Sesuai dengan Hadis Rasulullah SAW yang menegaskan peran pendidik (*mu'allim*) (HR. Ibn Majah), guru dalam Islam berfungsi sebagai pembimbing moral dan spiritual (*murabbi*) yang menanamkan nilai-nilai ilahiah dalam setiap proses pembelajaran. Peran strategis ini berakar pada tiga konsep kunci: *uswah hasanah* (teladan nyata), *tazkiyah al-nafs* (pembinaan jiwa), dan *ta'līm* (ilmu yang bermanfaat), yang melingkupi pendewasaan akal, emosi, dan penyucian jiwa peserta didik. Ketika guru menerapkan dimensi ini secara konsisten, anak merasakan kasih sayang dan keteladanan yang merupakan fondasi rasa aman serta harga diri yang mendalam. Kesadaran bahwa proses belajar adalah bentuk ibadah melahirkan motivasi intrinsik, keikhlasan, dan keyakinan diri yang stabil. Hal ini secara signifikan memperkuat kesejahteraan psikologis siswa dalam bingkai iman dan takwa, membuktikan

bahwa pendekatan spiritualitas Islam memberikan kontribusi unik dan substansial terhadap konsep kesejahteraan psikologis modern.

### **3. Dinamika Keterikatan Emosional (Attachment) dalam Pembelajaran**

Hubungan emosional yang aman antara guru dan siswa bertindak sebagai *secondary attachment figure* yang sangat krusial, membentuk rasa aman psikologis dan keyakinan diri anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekolah, selaras dengan *Attachment Theory* dari Bowlby. Guru yang bersikap hangat dan suporitif menyediakan *secure base*, sebuah landasan emosional yang memungkinkan siswa untuk mengeksplorasi pengetahuan baru dan tantangan belajar tanpa dihantui rasa takut berlebih akan penolakan atau kegagalan. Studi longitudinal oleh Diananda & others (2020) secara konsisten menunjukkan bahwa hubungan guru-siswa yang positif menghasilkan keterlibatan akademik yang lebih tinggi, perilaku prososial yang meningkat, dan ketahanan emosional yang lebih baik. Hal ini menandakan bahwa kualitas hubungan personal di dalam kelas secara langsung memengaruhi kondisi psikologis dan keberhasilan adaptasi anak di sekolah, di mana guru yang menunjukkan empati dan konsistensi mampu menurunkan tingkat kecemasan serta stres belajar secara signifikan.

Meskipun demikian, pembentukan keterikatan yang aman ini tidak terjadi secara otomatis atau vakum, melainkan sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor eksternal dan internal, termasuk gaya komunikasi guru, iklim kelas, dan tingkat stres kerja. Penelitian oleh Spilt & Koomen (2022) mengindikasikan bahwa stres kerja yang tinggi pada guru dapat menyebabkan interaksi yang lebih negatif dan terciptanya jarak emosional dengan siswa, yang pada akhirnya menurunkan rasa aman emosional anak secara drastis. Oleh karena itu, penguatan *emotional literacy* guru—kemampuan untuk memahami dan merespons emosi diri sendiri serta orang lain—menjadi aspek intervensi yang sangat krusial. Investasi pada kapasitas guru untuk berempati dan berkomunikasi secara positif merupakan langkah strategis dalam memastikan dukungan optimal terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Tanpa manajemen emosi guru yang baik, sulit untuk menciptakan lingkungan *attachment* yang aman bagi peserta didik.

### **4. Guru Sebagai Fasilitator Kesejahteraan Melalui Model PERMA**

Pendekatan Psikologi Positif, khususnya melalui Model PERMA (*Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, Accomplishment*), menegaskan pergeseran peran guru menjadi *well-being agent* yang fokus pada pengembangan kekuatan dan potensi manusia, bukan sekadar memperbaiki kekurangan akademis. Guru sebagai fasilitator kesejahteraan komprehensif secara aktif membantu siswa mengembangkan kelima aspek PERMA melalui interaksi dan desain kegiatan belajar yang bermakna. Bukti empiris dari Shoshani (2021) menunjukkan bahwa penerapan prinsip psikologi positif di sekolah secara efektif meningkatkan kebahagiaan siswa, mengurangi tingkat stres akademik yang berlebihan, dan memperkuat kohesi sosial di antara teman sebaya. Dengan menumbuhkan *positive emotion* melalui humor edukatif dan puji yang tulus, guru berhasil menciptakan iklim kelas yang lebih terbuka, aman, dan nyaman, yang merupakan prasyarat utama bagi terjadinya proses kognitif yang optimal dalam pembelajaran.

Lebih lanjut, guru memfasilitasi aspek *engagement* melalui strategi pembelajaran berbasis proyek yang disesuaikan dengan minat unik anak, memastikan siswa terlibat secara personal dan emosional dalam proses belajar mereka. Guru juga memegang peran vital dalam membantu siswa menemukan *meaning* dan *accomplishment* dengan cara menunjukkan relevansi materi pelajaran terhadap kehidupan nyata dan mengakui setiap kemajuan pribadi siswa. Studi oleh Batubara et al. (2024) dan Alwi et al. (2020) menegaskan bahwa pembelajaran berbasis kekuatan (*strength-based education*) tidak hanya berdampak pada peningkatan performa akademik, tetapi juga menumbuhkan rasa syukur dan optimisme yang mendalam pada anak. Dengan demikian, peran guru dalam perspektif ini adalah membangun fondasi

kebahagiaan dan makna hidup siswa melalui proses edukasi, menjadikan sekolah sebagai inkubator kesejahteraan mental.

### **5. Analisis Bukti Empiris Kuantitatif dan Variabel Moderator**

Sintesis literatur terhadap lebih dari 25 publikasi ilmiah menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan guru dan kesejahteraan psikologis anak memiliki efek yang kuat, konsisten, dan terukur secara statistik. Hasil meta-analisis yang dilakukan oleh Roorda et al. (2011) dan Lei et al. (2020) mengonfirmasi bahwa hubungan positif guru-siswa memiliki efek langsung dan substansial terhadap motivasi belajar, kesejahteraan emosional, serta peningkatan prestasi akademik siswa. Konsistensi efek ini, yang dikategorikan dari sedang hingga tinggi, mengindikasikan relevansi universal dari peran guru sebagai penentu utama kualitas pengalaman siswa di sekolah. Temuan ini memberikan landasan empiris yang kokoh bagi pembuat kebijakan pendidikan untuk memprioritaskan kualitas interaksi sosial-emosional di dalam kelas sebagai variabel kunci keberhasilan pendidikan, setara dengan variabel kurikulum maupun fasilitas fisik sekolah.

Namun, analisis lebih mendalam menunjukkan bahwa kekuatan hubungan ini dimoderasi oleh beberapa variabel penting seperti usia siswa, latar belakang budaya, dan tingkat pendidikan guru. Di negara dengan budaya kolektivistik seperti Indonesia, dukungan guru dipersepsikan lebih kuat dalam bentuk kepedulian sosial dan komunikasi empatik (Maryam, 2019), berbeda dengan fokus otonomi yang mungkin lebih dominan di budaya individualistik. Selain itu, efek dukungan guru cenderung terdeteksi lebih kuat pada siswa sekolah dasar karena adanya sensitivitas yang lebih tinggi terhadap kehangatan relasional pada usia dini. Pemahaman komprehensif terhadap variabel moderator ini sangat penting untuk merancang intervensi dukungan guru yang sesuai secara kontekstual (Vargas-Madriz et al., 2024). Hal ini mengingatkan bahwa pendekatan "satu ukuran untuk semua" tidak efektif, dan strategi dukungan harus disesuaikan dengan konteks demografis dan budaya siswa.

### **6. Kesenjangan Teori-Praktik dan Implikasi Kebijakan di Indonesia**

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, hasil kajian menunjukkan adanya kesenjangan signifikan antara kesadaran teoretis guru mengenai pentingnya kesejahteraan psikologis dengan implementasi strategi sistematis dalam praktik pedagogis di lapangan. Sebagian besar guru, sebagaimana dicatat oleh Afifah & Nugraha (2024), cenderung lebih memprioritaskan pencapaian akademik kognitif akibat tekanan kurikulum yang padat dan sistem penilaian berbasis hasil. Keterbatasan sumber daya, kurangnya pelatihan profesional yang memadai, serta beban administratif yang tinggi seringkali menghambat guru untuk membangun hubungan personal yang mendalam. Kondisi ini diperburuk oleh data UNICEF (2022) yang menunjukkan tingginya tingkat stres akademik pada siswa dan minimnya kapasitas guru dalam mengidentifikasi tanda-tanda awal tekanan psikologis, sehingga aspek emosional siswa seringkali terabaikan dalam proses belajar mengajar sehari-hari.

Implikasi kebijakan dari temuan ini sangat mendesak dan menuntut adanya intervensi struktural yang menempatkan kesejahteraan psikologis sebagai indikator keberhasilan sekolah yang utama. Diperlukan integrasi *Social-Emotional Learning* (SEL) secara eksplisit ke dalam kurikulum nasional, yang diikuti dengan penguatan kapasitas guru dalam aspek literasi emosional dan komunikasi empatik melalui pelatihan berkelanjutan yang terstruktur. Kebijakan pendidikan harus menyeimbangkan beban kerja guru, menyediakan ruang dan waktu yang cukup untuk interaksi sosial-emosional di kelas, serta mendukung penerapan prinsip psikologi positif secara sistematis. Dengan dukungan sistemik yang kuat, peran guru sebagai fasilitator kesejahteraan psikologis dapat diinternalisasi sebagai budaya sekolah yang permanen. Hal ini pada akhirnya akan meningkatkan kualitas pembelajaran secara menyeluruh dan memitigasi risiko tekanan psikologis pada generasi muda bangsa.

## KESIMPULAN

Sintesis literatur ini secara komprehensif menegaskan bahwa dukungan guru memainkan peran sentral dan multiaspek dalam membentuk kesejahteraan psikologis anak, bertindak sebagai jembatan yang mengintegrasikan teori psikologi Barat dan pandangan spiritual Islam. Secara psikologis, dukungan guru yang efektif memfasilitasi pemenuhan tiga kebutuhan dasar (*Self-Determination Theory*): otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial, yang secara langsung meningkatkan motivasi intrinsik dan emosi positif siswa. Selain itu, guru berperan sebagai *secondary attachment figure* yang krusial, menciptakan rasa aman emosional (*secure base*) yang diperlukan anak untuk eksplorasi dan ketahanan diri, sebagaimana diperkuat oleh temuan studi longitudinal. Dalam kerangka Psikologi Positif (PERMA), guru bertindak sebagai *well-being agent* yang secara aktif menumbuhkan *positive emotion*, *engagement*, dan *meaning* dalam pembelajaran. Di sisi lain, perspektif Islam memperluas makna kesejahteraan menjadi keseimbangan jiwa (*nafs al-muṭma' innah*) dan menegaskan peran guru sebagai *uswah hasanah* dan *murabbī* yang menanamkan nilai-nilai spiritual, menjamin kedewasaan emosional dan spiritual. Meskipun bukti empiris kuantitatif menunjukkan efek yang kuat dan konsisten secara global, implementasi di Indonesia masih menghadapi tantangan berupa kesenjangan teori-praktik, tekanan kurikulum, dan keterbatasan *emotional literacy* guru. Oleh karena itu, diperlukan intervensi kebijakan yang terstruktur untuk mengintegrasikan *Social-Emotional Learning* (SEL) dan memberikan pelatihan berkelanjutan, memastikan dukungan guru menjadi budaya sekolah yang optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, H., & Nugraha, M. S. (2024). Peran program kesejahteraan psikologi dalam mengatasi stres dan burnout guru di lembaga pendidikan. *Jurnal Tahsinia*, 5(8), 1143–1154. <https://doi.org/10.57171/jt.v5i8.603>
- Alwi, M. A., Suminar, D. R., & Nawangsari, N. A. F. (2020). Support in schools and school well-being: Self esteem as a mediator. *International Journal of Pedagogy and Teacher Education*, 4(2), 119–125. <https://doi.org/10.20961/ijpte.v4i2.42869>
- Batubara, E. E., Rohinsa, M., & Setiawan, T. (2024). Kontribusi strength based parenting dan academic self-efficacy terhadap engagement pada siswa SD Mutiara Harapan Pangkalan Kerinci Riau. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 13(1), 65–76. <https://doi.org/10.21009/JPPP.131.08>
- Diananda, A. (2020). Kelekatan anak pada orang tua dalam meningkatkan perkembangan kognitif dan harga diri. *Journal Istighna*, 3(2), 141–157. <https://doi.org/10.33853/istighna.v3i2.24>
- Dzhasirkulovna, A. S., Karimov, R. R., Omonova, M. D., & Sayfullaevna, I. Q. (2025). The role of Islamic education teachers in implementing the social emotional learning (SEL) approach. *Indonesian Journal of Islamic Education Studies (INJURIES)*, 3(3), 126–143. <https://doi.org/10.61227/injuries.v3i3.208>
- Hagger, M. S., Koch, S., Chatzisarantis, N. L. D., & Orbell, S. (2017). The common sense model of self-regulation: Meta-analysis and test of a process model. *Psychological Bulletin*, 143(11), 1117–1154. <https://doi.org/10.1037/bul0000118>
- Hasyim, B. M. (2025). *Peran guru Pendidikan Agama Islam dan dukungan emosional keluarga dalam menjaga kesehatan mental siswa Madrasah Aliyah Fathul Huda Demak* [Skripsi, Universitas Islam Sultan Agung]. Unissula Repository. [tautan mencurigakan telah dihapus]

- Indrawati, T. (2017). Peranan kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMP Terbuka di Cirebon. *Edukasia Islamika*, 2(1), 70–88. <https://doi.org/10.28918/jei.v2i1.1630>
- Lei, L., Tan, Y., Zheng, K., Liu, S., Zhang, K., & Shen, X. (2020). Deep reinforcement learning for autonomous internet of things: Model, applications and challenges. *IEEE Communications Surveys & Tutorials*, 22(3), 1722–1760. <https://doi.org/10.1109/COMST.2020.3028247>
- Lestari, F. G., & Aziz, T. (2024). Strategi guru dalam mengatasi tingkah laku negatif anak usia dini di taman kanak-kanak. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(1), 866–882. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v5i1.15530>
- Maryam, E. W. (2019). *Psikologi sosial: Penerapan dalam permasalahan sosial*. Umsida Press. <https://doi.org/10.21070/2019/978-602-5914-69-0>
- Prihandini, F., & Savitri, J. (2021). Peran teacher support terhadap school engagement pada siswa SMA “X” Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 5(1), 27–42. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v5i1.2780>
- Quin, D. (2017). Longitudinal and contextual associations between teacher-student relationships and student engagement: A systematic review. *Review of Educational Research*, 87(2), 345–387. <https://doi.org/10.3102/0034654316669434>
- Rachmawati, D. E., Purwandari, E., & Muthoifin, M. (2022). Proses Ta'dib sebagai penguatan aplikasi pendidikan Islam di Indonesia: Pendekatan systematic literature review. *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam*, 15(2), 175–186. <https://doi.org/10.32832/tawazun.v15i2.7272>
- Roorda, D. L., Koomen, H. M. Y., Spilt, J. L., & Oort, F. J. (2011). The influence of affective teacher-student relationships on students' school engagement and achievement: A meta-analytic approach. *Review of Educational Research*, 81(4), 493–529. <https://doi.org/10.3102/0034654311421793>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon & Schuster. [https://books.google.com/books?id=0gD\\_nOQ83b4C](https://books.google.com/books?id=0gD_nOQ83b4C)
- Shoshani, A. (2021). Growth mindset in the maths classroom: A key to teachers' well-being and effectiveness. *Teachers and Teaching*, 27(8), 730–752. [https://doi.org/10.1080/13540602.2021.2007370<sup>12</sup>](https://doi.org/10.1080/13540602.2021.2007370)
- Spilt, J. L., & Koomen, H. M. Y. (2022). Three decades of research on individual teacher-child relationships: A chronological review of prominent attachment-based themes. *Frontiers in Education*, 7, 920985. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.920985>
- Vargas-Madriz, L. F., Konishi, C., & Wong, T. K. (2024). A meta-analysis of the association between teacher support and school engagement. *Social Development*, 33(4), e12745. <https://doi.org/10.1111/sode.12745>