PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora
Vol.5, No.6, Oktober 2026

Kesejahteraan Psikologis Sebagai Mediator Pengaruh *Self Compassion* Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kinerja Guru PAUD

Ananda Ade Salsabila[1], Widyastuti[2], Ahmad Yasser Mansyur[3]
[123]Program Pascasarjana Universitas Negeri Makassar
E-mail: anandasalsabila0301@gmail.com[1]

Article History:
Received: 08 September 2026
Revised: 17 September 2026
Accepted: 25 September 2026

Keywords: *Self compassion,* Kecerdasan Emosional, Kinerja Guru, Kesejahteraan Psikologis, Guru PAUD

Abstract: *Kinerja guru PAUD merupakan faktor penting dalam menentukan kualitas penyelenggaraan pendidikan anak usia dini. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh self-compassion dan kecerdasan emosional terhadap kinerja guru PAUD dengan kesejahteraan psikologis sebagai variabel mediasi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain regresi dan mediasi. Sampel penelitian berjumlah 385 guru PAUD yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui skala likert, analisis data menggunakan regresi linier, regresi berganda, dan uji mediasi dengan menggunakan bantuan SPSS, Jamovi, serta JASP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-compassion, kecerdasan emosi, dan kesejahteraan psikologis masing-masing berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja guru PAUD. Kesejahteraan psikologis juga berperan sebagai mediator parsial pada hubungan self-compassion dan kecerdasan emosi dengan kinerja guru. Pengaruh tidak langsung self-compassion terhadap kinerja guru sebesar 0,4844 dan pengaruh langsung sebesar 0,0979, sedangkan pengaruh tidak langsung kecerdasan emosi sebesar 0,468 dan pengaruh langsung sebesar 0,143; seluruhnya positif dan signifikan ($p < 0,001$). Secara simultan, self-compassion, kecerdasan emosi, dan kesejahteraan psikologis berpengaruh signifikan terhadap kinerja guru PAUD. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan ketiga aspek tersebut untuk meningkatkan kualitas kinerja guru PAUD*

PENDAHULUAN

Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki peran strategis dalam membentuk fondasi perkembangan anak pada masa awal kehidupan. Keberhasilan proses pendidikan anak usia dini sangat dipengaruhi oleh kualitas kinerja guru dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Kinerja guru tidak hanya mencerminkan kemampuan profesional dalam melaksanakan tugas pembelajaran, tetapi juga menentukan kualitas layanan pendidikan yang diterima peserta didik (Nurochim & Ngaisah, 2020). Guru PAUD dituntut mampu

menciptakan lingkungan belajar yang aman, menyenangkan, dan bermakna sehingga dapat mendukung perkembangan kognitif, sosial, emosional, bahasa, dan fisik anak secara optimal (Devi & Kurnianingsih, 2025).

Peningkatan kualitas kinerja guru PAUD menjadi isu penting seiring meningkatnya jumlah pendidik PAUD di Indonesia. Data Direktorat Jenderal PAUD menunjukkan bahwa jumlah guru PAUD terus mengalami peningkatan, namun peningkatan kuantitas tersebut belum sepenuhnya diikuti oleh peningkatan kualitas kinerja guru. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat guru PAUD yang mengalami kesulitan dalam merancang pembelajaran, menerapkan strategi pembelajaran yang sesuai, melakukan penilaian perkembangan anak, serta mengelola kelas secara efektif (Novitasari et al., 2024; Yanuarsari & Ningsih, 2022). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kinerja guru PAUD masih menjadi tantangan yang memerlukan perhatian, terutama dari aspek psikologis yang memengaruhi pelaksanaan tugas profesional guru.

Profesi guru PAUD juga dihadapkan pada tuntutan emosional yang tinggi. Guru tidak hanya bertanggung jawab terhadap proses pembelajaran, tetapi juga harus mampu membangun hubungan positif dengan anak, orang tua, dan rekan kerja, sekaligus menghadapi perubahan kurikulum serta berbagai tuntutan administratif. Kondisi tersebut meningkatkan risiko kelelahan emosional, stres kerja, bahkan burnout yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas kinerja guru (Latifah et al., 2025; Tondowala, 2025). Oleh karena itu, peningkatan kinerja guru tidak hanya bergantung pada kompetensi pedagogik dan profesional, tetapi juga dipengaruhi oleh sumber daya psikologis yang dimiliki guru.

Salah satu faktor psikologis yang diperkirakan berkontribusi terhadap peningkatan kinerja guru adalah *self compassion*. Menurut Neff, *self compassion* merupakan kemampuan individu memperlakukan diri dengan kebaikan, memahami bahwa kegagalan merupakan bagian dari pengalaman manusia, serta menghadapi pengalaman negatif secara penuh kesadaran tanpa menghakimi diri sendiri (Zessin et al., 2015). Individu yang memiliki *self compassion* tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan, mengurangi emosi negatif, serta mempertahankan motivasi ketika menghadapi kesulitan (Neff & Germer, 2017). Penelitian Leung (2024) menunjukkan bahwa *self compassion* berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan sekaligus performa kerja guru, sedangkan Zessin et al. (2015) menemukan bahwa *self compassion* berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis dan berperan sebagai faktor protektif terhadap stres maupun kelelahan emosional.

Selain *self compassion*, kecerdasan emosional juga merupakan faktor penting yang mendukung kinerja guru. Goleman (2000) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan mengenali, memahami, mengelola, dan memanfaatkan emosi secara adaptif, baik pada diri sendiri maupun orang lain. Guru yang memiliki kecerdasan emosional tinggi lebih mampu mengendalikan emosi, membangun hubungan interpersonal yang positif, serta menghadapi tekanan kerja secara efektif. Penelitian Li, Liu, dan Yang (2024) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis guru, sedangkan Gilar-Corbi et al. (2025) menyatakan bahwa kecerdasan emosional membantu guru mempertahankan keseimbangan psikologis dalam menghadapi tuntutan profesi.

Hubungan antara *self compassion*, kecerdasan emosional, dan kinerja guru diduga tidak terjadi secara langsung, tetapi melibatkan kesejahteraan psikologis sebagai mekanisme yang menjelaskan bagaimana kedua faktor tersebut memengaruhi kinerja guru. Menurut Ryff, kesejahteraan psikologis menggambarkan kondisi individu yang mampu menerima diri, menjalin hubungan positif, memiliki tujuan hidup, mengembangkan potensi diri, serta

mampu mengelola lingkungan secara efektif (Colvin, 2009). Guru dengan kesejahteraan psikologis yang baik cenderung menunjukkan motivasi kerja yang tinggi, mampu membangun interaksi positif dengan peserta didik, serta melaksanakan pembelajaran secara lebih efektif (Tarigan, 2023; Wang et al., 2025).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis berperan penting dalam meningkatkan performa kerja guru. Kamal et al. (2025) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis memengaruhi kinerja guru melalui kondisi psikologis internal yang positif. Martel dan Santana (2021) juga menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis memediasi hubungan antara kecerdasan emosional dan kinerja guru, sedangkan Tran, Nguyen, dan Kimura (2021) melaporkan bahwa *self compassion* meningkatkan keterlibatan kerja melalui peningkatan kesejahteraan guru. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih mengkaji *self compassion*, kecerdasan emosional, maupun kesejahteraan psikologis secara terpisah. Penelitian yang mengintegrasikan ketiga variabel tersebut dalam satu model mediasi, khususnya pada konteks guru PAUD di Indonesia, masih relatif terbatas.

Keterbatasan penelitian sebelumnya menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*), yaitu belum banyak penelitian yang menguji secara simultan pengaruh *self-compassion* dan kecerdasan emosional terhadap kinerja guru PAUD melalui kesejahteraan psikologis sebagai variabel mediator. Padahal, guru PAUD merupakan kelompok profesi yang menghadapi tuntutan emosional tinggi sehingga membutuhkan sumber daya psikologis untuk mempertahankan kualitas kinerjanya. Pengujian model mediasi ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai mekanisme psikologis yang mendukung peningkatan kinerja guru. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *self-compassion* dan kecerdasan emosional terhadap kinerja guru PAUD dengan kesejahteraan psikologis sebagai variabel mediator. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi pendidikan mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi kinerja guru serta menjadi dasar penyusunan program pengembangan guru yang tidak hanya berfokus pada kompetensi pedagogik, tetapi juga pada penguatan kesejahteraan psikologis sebagai modal penting dalam meningkatkan kualitas pendidikan anak usia dini.

LANDASAN TEORI

Kinerja Guru

Peretemode (1996) menyatakan bahwa kinerja guru merupakan seperangkat kewajiban dan tugas-tugas yang dilakukan oleh tenaga pengajar dalam kurun waktu tertentu dalam tatanan pendidikan untu mencapai tujuan pembelajaran. Peretemode menambahkan bahwa kinerja ditentukan oleh tingkat partisipasi guru dalam menjalankan kewajibannya sehari-hari. Menurut Arikunto (2003) menegaskan bahwa kinerja guru mencerminkan tingkat kualitas pelaksanaan tugas dan jumlah output yang berhasil dihasilkan selama menjalankan peran sebagai pendidik. Hal ini berarti bahwa guru yang memiliki kinerja baik adalah guru yang mampu menjalankan seluruh fungsi secara efektif, mulai dari merancang kegiatan pembelajaran, menciptakan suasana belajar yang kondusif, memfasilitasi perkembangan peserta didik, hingga melakukan penilaian yang objektif dan komprehensif.

Kesejahteraan Psikologis

Ryff (1989) menggambarkan kesejahteraan psikologis sebagai suatu keadaan ketika individu mampu memandang diri secara positif, merasa nyaman dengan identitas individu, serta menjalin relasi yang sehat dengan individu lain di sekitar. Individu yang sejahtera secara

psikologis juga dinilai mampu membuat keputusan tanpa ketergantungan pada individu lain, mengatur perilaku secara mandiri, serta membentuk lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi. individu memiliki arah hidup yang jelas, merasakan bahwa hidup penuh makna, dan terus berupaya mengeksplorasi serta mengembangkan potensi diri sepanjang kehidupan.

Self Compassion

Menurut Neff (2003) definisi *self compassion* mencakup kemampuan untuk bersikap terbuka dan peka terhadap penderitaan yang dialami diri sendiri, disertai dengan muncul perasaan peduli serta sikap penuh kebaikan kepada diri. Sikap ini juga melibatkan penerimaan yang tidak menghakimi terhadap kelemahan maupun kegagalan pribadi, sekaligus menyadari bahwa apa yang dialami merupakan bagian dari pengalaman manusia pada umumnya. Dengan kata lain, *self compassion* adalah bentuk kasih sayang yang diarahkan kepada diri sendiri, di mana individu memperlakukan diri sebagai objek perhatian dan kepedulian, terkhusus ketika berhadapan dengan situasi sulit atau pengalaman negatif. Neff dan Costigan (2014) menjelaskan bahwa *self compassion* mencakup kemampuan memperlakukan diri dengan kebaikan, memahami keterbatasan pribadi, serta mengakui bahwa pengalaman sulit merupakan bagian dari kondisi manusia.

Kecerdasan Emosional

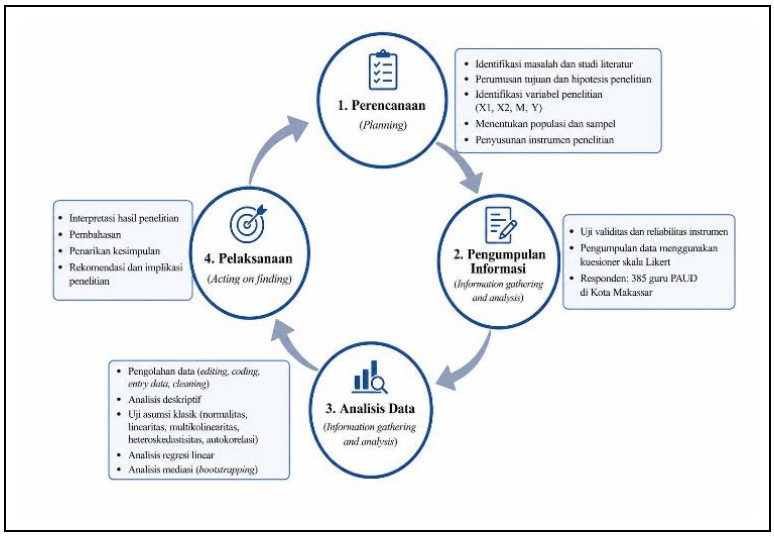
Menurut Goleman (2001), kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi serta memahami perasaan diri dan individu lain, mengelola emosi dengan tepat, dan menjaga dorongan internal agar tetap termotivasi. Bar-On (2006) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional merupakan kumpulan kemampuan dan keterampilan yang memengaruhi bagaimana individu memahami, mengendalikan, serta menggunakan emosi, sekaligus membangun relasi yang sehat dengan individu lain. Goleman (2018) juga menegaskan bahwa kecerdasan emosi melibatkan kemampuan mengendalikan impuls emosional, peka terhadap keadaan emosional individu lain, serta membangun hubungan yang sehat. Kemampuan ini mencakup pengendalian diri, motivasi, ketekunan, dan kapasitas untuk mendorong diri mencapai tujuan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian eksplanatori untuk menguji pengaruh *self compassion* dan kecerdasan emosi terhadap kinerja guru PAUD dengan kesejahteraan psikologis sebagai variabel mediasi. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk menguji hubungan antarvariabel melalui analisis statistik sehingga mampu menjelaskan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen (Sugiyono, 2017). Populasi penelitian adalah guru PAUD di Kota Makassar. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017). Sampel penelitian berjumlah 385 guru PAUD yang memenuhi kriteria sebagai guru aktif mengajar minimal satu tahun dan bersedia menjadi responden penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologi dengan model Likert lima kategori jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Instrumen penelitian terdiri atas *Self-compassion Scale* (SCS) yang dikembangkan oleh Neff (2003), skala kecerdasan emosi berdasarkan dimensi Goleman (2001), skala kinerja guru yang dimodifikasi dari *Teachers Job Performance Self-Rating Questionnaire* (TJPSQ) oleh Amin et al. (2013), serta skala kesejahteraan psikologis berdasarkan dimensi Ryff (1989). Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS

Statistics versi 26, JAMOVI, dan JASP. Analisis diawali dengan statistik deskriptif, kemudian dilanjutkan dengan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, heteroskedastisitas, dan autokorelasi. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear dan analisis mediasi dengan pendekatan bootstrapping untuk menguji pengaruh langsung maupun tidak langsung antarvariabel penelitian (Hayes, 2013).



Gambar 1. Diagram Metode Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembahasan Penelitian ini melibatkan 385 guru PAUD yang berasal dari Kota Makassar, Kabupaten Gowa, dan Kabupaten Maros. Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik masing-masing variabel penelitian, yaitu *self-compassion,* kecerdasan emosional, kesejahteraan psikologis, dan kinerja guru. Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki nilai rata-rata yang relatif tinggi dengan variasi data yang cukup baik sehingga dapat digunakan untuk analisis lebih lanjut.

Tabel. 1 Deskriptif Statistik

Variabel	N	Min	Maks	*Mean*	*Std. Deviation*
Self Compassion	385	31	125	83.84	19.749
Kecerdasan emosional	385	33	122	81.08	19.370
Kesejahteraan psikologis	385	65	196	141.76	27.418
Kinerja guru	385	30	115	76.49	15.749

Selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linear. Hasil analisis menunjukkan bahwa *self compassion*, kecerdasan emosional, dan kesejahteraan psikologis berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja guru PAUD ($p < 0{,}001$). Selain itu, *self compassion* dan kecerdasan emosional juga berpengaruh positif terhadap

kesejahteraan psikologis guru PAUD. Pengujian mediasi menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis memediasi hubungan antara *self compassion* dan kecerdasan emosional terhadap kinerja guru PAUD. Kedua hubungan mediasi menunjukkan nilai pengaruh tidak langsung yang signifikan sehingga kesejahteraan psikologis berperan sebagai mediator parsial.

Tabel. 2 Hasil Pengujian Hipotesis

Hipotesis	Variabel	*B*	*p-value*	Keputusan
H1	*Self-compassion* → Kinerja Guru	0.582	<0.001	Diterima
H2	Kecerdasan Emosional → Kinerja Guru	0.612	<0.001	Diterima
H3	Kesejahteraan Psikologis → Kinerja Guru	0.523	<0.001	Diterima
H4	*Self-compassion* → Kesejahteraan Psikologis	1.028	<0.001	Diterima
H5	Kecerdasan Emosional → Kesejahteraan Psikologis	1.044	<0.001	Diterima
H6	*Self-compassion* → Kesejahteraan Psikologis → Kinerja Guru	0,4844 (Indirect Effect)	<0.001	(diterima) Mediasi Partial
H7	Kecerdasan Emosional → Kesejahteraan Psikologis → Kinerja Guru	0,4680 (Indirect Effect)	<0.001	(diterima) Mediasi Partial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self compassion*, kecerdasan emosional, dan kesejahteraan psikologis berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja guru PAUD, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui peran mediasi kesejahteraan psikologis. Temuan ini menunjukkan bahwa kinerja guru tidak hanya dipengaruhi oleh kompetensi profesional, tetapi juga oleh faktor-faktor psikologis yang dimiliki individu. Guru PAUD menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan, seperti mengelola pembelajaran, membangun hubungan dengan peserta didik dan orang tua, serta memenuhi tuntutan administrasi sekolah. Dalam situasi tersebut, kemampuan menerima diri, mengelola emosi, serta mempertahankan kondisi psikologis yang sehat menjadi sumber daya personal yang membantu guru tetap menjalankan tugas secara optimal. Hasil penelitian ini memperkuat teori *Job Demands–Resources* (JD-R) yang dikemukakan oleh Bakker dan Demerouti (2017), yang menjelaskan bahwa sumber daya personal (*personal resources*) berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan individu sehingga berdampak pada meningkatnya motivasi, keterlibatan kerja, dan performa kerja.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa *self compassion* berpengaruh positif terhadap kinerja guru PAUD. Hasil ini mengindikasikan bahwa guru yang mampu memperlakukan dirinya dengan penuh kasih sayang, menerima keterbatasan diri, serta memandang kesalahan

sebagai bagian dari pengalaman manusia cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan pekerjaan. Guru yang memiliki *self compassion* tidak mudah terjebak dalam kritik terhadap diri sendiri ketika menghadapi kesulitan dalam proses pembelajaran, sehingga mampu mempertahankan kualitas kinerjanya. Kondisi tersebut sejalan dengan teori *Self compassion* yang dikembangkan oleh Neff (2003), yang menjelaskan bahwa *self compassion* terdiri atas *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Ketiga komponen tersebut membantu individu mengembangkan regulasi emosi yang adaptif ketika menghadapi kegagalan maupun tekanan. Penelitian Ferrari et al. (2022) juga menunjukkan bahwa *self-compassion* berhubungan dengan meningkatnya kesejahteraan psikologis, menurunnya burnout, dan meningkatnya performa kerja. Temuan serupa dikemukakan oleh Yela et al. (2022) yang menjelaskan bahwa individu dengan *self-compassion* tinggi lebih mampu mempertahankan produktivitas kerja karena memiliki kemampuan mengelola stres yang lebih baik.

Selain *self compassion*, penelitian ini juga menemukan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh positif terhadap kinerja guru PAUD. Guru yang mampu mengenali, memahami, mengelola, dan mengendalikan emosinya cenderung lebih mudah membangun hubungan interpersonal yang positif dengan peserta didik, rekan kerja, maupun orang tua. Kemampuan tersebut mendukung terciptanya lingkungan belajar yang kondusif sehingga proses pembelajaran berlangsung lebih efektif. Hasil ini mendukung teori Goleman (2001) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, berempati, dan membangun hubungan sosial yang baik. Dalam profesi guru PAUD, kemampuan tersebut menjadi modal penting karena interaksi sosial merupakan bagian utama dari proses pembelajaran. Penelitian MacCann et al. (2020) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan positif dengan performa kerja pada berbagai profesi, sedangkan penelitian Mérida-López et al. (2023) menemukan bahwa kecerdasan emosional meningkatkan keterlibatan kerja (*work engagement*) serta mengurangi stres kerja pada guru.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan prediktor yang paling kuat terhadap kinerja guru PAUD. Guru yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi cenderung lebih mampu menerima dirinya, memiliki hubungan interpersonal yang positif, mengembangkan potensi diri, mengelola lingkungan kerja, serta memiliki tujuan hidup yang jelas. Kondisi psikologis tersebut membuat guru mampu menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan secara lebih adaptif sehingga kualitas kinerja tetap terjaga. Temuan ini sesuai dengan teori Ryff (1989) yang menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi optimal individu dalam menjalankan kehidupannya. Penelitian Collie (2021) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis guru berkaitan erat dengan meningkatnya kualitas pembelajaran dan kepuasan kerja, sedangkan Hascher dan Waber (2021) menjelaskan bahwa guru yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi menunjukkan komitmen organisasi yang lebih baik serta tingkat burnout yang lebih rendah.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa kesejahteraan psikologis memediasi secara parsial hubungan *self compassion* dan kecerdasan emosional terhadap kinerja guru PAUD. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaruh kedua variabel tersebut terhadap kinerja guru tidak hanya terjadi secara langsung, tetapi juga melalui peningkatan kesejahteraan psikologis. Besarnya pengaruh tidak langsung dibandingkan pengaruh langsung mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan mekanisme yang menjelaskan bagaimana kemampuan menerima diri dan mengelola emosi dapat diterjemahkan menjadi perilaku kerja yang produktif. Hal ini selaras dengan *JD-R Theory*, yang menjelaskan bahwa sumber daya

personal akan meningkatkan kesejahteraan individu terlebih dahulu sebelum menghasilkan performa kerja yang optimal. Temuan ini juga memperkuat penelitian Salanova et al. (2021) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis berperan sebagai mekanisme psikologis yang menghubungkan sumber daya personal dengan kinerja individu. Oleh karena itu, peningkatan kinerja guru PAUD tidak cukup hanya melalui penguatan kompetensi pedagogik, tetapi juga perlu diiringi dengan program-program yang mendukung pengembangan *self compassion*, kecerdasan emosional, dan kesejahteraan psikologis agar guru mampu mempertahankan kualitas kinerjanya secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *self compassion*, kecerdasan emosional, dan kesejahteraan psikologis berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja guru PAUD. Kesejahteraan psikologis juga terbukti memediasi secara parsial pengaruh *self compassion* dan kecerdasan emosional terhadap kinerja guru. Temuan ini memperkuat teori Neff, Goleman, dan Ryff bahwa kemampuan guru dalam memperlakukan diri secara positif, mengelola emosi, dan mempertahankan kesejahteraan psikologis merupakan faktor penting dalam meningkatkan kualitas kinerja profesional. Dengan demikian, peningkatan kinerja guru PAUD tidak hanya bergantung pada kompetensi pedagogik, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis guru.

Berdasarkan hasil penelitian, lembaga PAUD dan pemangku kebijakan disarankan mengembangkan program yang mendukung *self compassion*, kecerdasan emosional, dan kesejahteraan psikologis melalui pelatihan, pendampingan, serta penciptaan lingkungan kerja yang suportif. Penelitian selanjutnya disarankan menguji variabel lain yang berpotensi memengaruhi kinerja guru, seperti burnout, motivasi kerja, resiliensi, atau dukungan organisasi, serta menggunakan desain longitudinal atau *mixed methods* untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

DAFTAR REFERENSI

Amin, M., Shah, R. U., Ayaz, M., & Atta, M. A. (2013). Teacher's job performance at secondary level in Pakhyunkhwa Pakistan. *Gomal University Journal of Research, 29*(2), 100–104.

Arikunto, S. (2003). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.

Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology, 22*(3), 273–285.

Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence. *Psicothema, 18*, 13–25.

Colvin, G., Flannery, K. B., Sugai, G., & Monegen, J. (2009). Using observational data to provide performance feedback to teachers: A high school case study. *Winter, 53*(2), 95–105.

Devi, N. M. P. P., & Kurnianingsih, S. (2025). Pengaruh kepuasan kerja terhadap kesejahteraan psikologis pada guru PAUD. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi, 24*(1), 96–105.

Gilar-Corbi, R., Izquierdo, A., & Castejon, J. L. (2025). Emotional factors in the psychological well-being of future teachers: A structural model. *Journal of Intelligence, 13*(70). https://doi.org/10.3390/jintelligence13060070

Goleman, D. (2000). *Emotional intelligence*. Gramedia Pustaka Utama.

Goleman, D. (2001). *Kecerdasan emosional untuk mencapai puncak prestasi* (A. T. Kantjono, Trans.). PT Gramedia.

Goleman, D. (2018). *Emotional intelligence*. Gramedia.

Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A*

regression-based approach. Guilford Press.

Kamal, S. A. R., Kristiyana, Y. I., Zulaikha, S., & Takdir, M. (2025). Pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kinerja guru dalam konteks tenaga kependidikan di sekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan, 4*(1), 766–781.

Leung, T. Y. (2024). *Self-compassion* mediates the associations of mindfulness with physical, psychological, and occupational well-being among Chinese kindergarten teachers. *Early Childhood Education Journal*. https://doi.org/10.1007/s10643-024-01819-1

Li, M., Liu, F., & Yang, C. (2024). Teachers' emotional intelligence and organizational commitment: A moderated mediation model of teachers' psychological well-being and principal transformational leadership. *Behavioral Sciences, 14*(4), 345. https://doi.org/10.3390/bs14040345

Martel, M. J. S., & Santana, J. D. M. (2021). The mediating effect of university teaching staff's psychological well-being between emotional intelligence and burnout. *Psicología Educativa, 27*(2). https://doi.org/10.5093/psed2021a12

Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity, 2*(2), 85–101.

Neff, K. D., & Costigan, A. P. (2014). Self-compassion, wellbeing, and happiness. *Psychologie in Österreich, 2*(3), 114–119.

Neff, K., & Germer, C. (2018). *The mindful self-compassion workbook: A proven way to accept yourself, build inner strength, and thrive*. Guilford Press.

Nurochim, N., & Ngaisah, S. (2020). Hukum dan kekerasan di sekolah: Optimalisasi peran konselor sekolah. *SASI: Jurnal Terakreditasi Nasional, 26*(2), 143–153.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1069–1081.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Tarigan, D. S. B. R. (2023). *Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial dengan kinerja guru PAUD di Kabupaten Karo* (Tesis Magister). Universitas Medan Area.

Tondowala, S. F. H. (2025). Tantangan emosional guru PAUD: Tinjauan literatur tentang dampaknya terhadap pengelolaan kelas dan pembelajaran yang efektif. *Jurnal Pendidikan Tambusai, 9*(1), 12784–12792.

Tran, K., Nguyen, T., & Kimura, T. (2021). Preliminary research on the social attitudes toward AI's involvement in education in Vietnam: Promoting AI technology for religious education. *Religions, 12*(3), 208. https://doi.org/10.3390/rel12030208

Wang, L., Zhao, H., & Xu, J. (2025). Well-being and emotional labor for preschool teachers: The mediation of career commitment and the moderation of social support. *Frontiers in Psychology, 16*, 12021253.

Zessin, U., Dickhäuser, O., & Garbade, S. (2015). The relationship between *self-compassion* and well-being: A meta-analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 7*(3), 340–364. https://doi.org/10.1111/aphw.12051