

Psychological Wellbeing pada Guru Bimbingan dan Konseling: Systematic Review

Hanun Dzakiyyah Amin^{1*}, Natris Idriyani¹

[1] Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia.

Abstract

Guidance and counselling teachers play a critical role as the front line in delivering counseling services within schools. Accordingly, their psychological wellbeing is a vital factor that must be addressed. This study aims to examine psychological constructs that influence guidance and counseling teachers' wellbeing and to categorize their levels of psychological wellbeing. Utilizing a Systematic Literature Review (SLR) based on the PRISMA framework, incorporating the PICO strategy, and data inclusivity, five relevant empirical studies were analyzed. Findings indicate that emotional intelligence, family social support, self-compassion, self-efficacy, spiritual intelligence, religiosity, and demographic factors (gender and socioeconomic status) positively influence psychological wellbeing. In contrast, the empathy component of personal distress exerts a negative impact. The review also reveals that male guidance and counseling teachers exhibit higher levels of psychological wellbeing compared to their female counterparts, with overall wellbeing levels ranging from moderate to low in two assessed regions. These insights emphasize the need to enhance guidance and counseling teachers' psychological wellbeing by addressing specific contributing factors, thereby improving the quality of guidance and counseling services in schools. Future studies should broaden the scope of psychological constructs examined to further understand the complexities of teacher wellbeing.

Keywords: Psychological Wellbeing; Guidance and Counseling Teacher; Systematic Review; School Counselor

Article Info

Artikel History: Submitted: 2025-05-06 | Published: 2025-09-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v15i3.12573>

Vol 15, No 3 (2025) Page: 743 - 752

(*) Corresponding Author: Hanun Dzakiyyah Amin, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia, Email: hanundzakiyyah@gmail.com



Ini adalah artikel akses terbuka yang disebarluaskan di bawah ketentuan [Lisensi Internasional Creative Commons Atribusi 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), yang mengizinkan penggunaan, penyebaran, dan reproduksi tanpa batasan di media mana pun dengan mencantumkan karya asli secara benar.

PENDAHULUAN

Guru BK memiliki kaitan erat dengan aktivitas konseling di sekolah, yang mana merupakan usaha yang dilakukan guru untuk mengembangkan, mengetahui, mengarahkan, serta menciptakan suasana belajar yang kondusif di sekolah. Salah satu yang dibutuhkan dalam upaya memberikan layanan bimbingan dan konseling yang berkualitas adalah guru BK yang juga berkualitas, serta sehat secara fisik dan psikologisnya.

Langston & Gordon (2024) menemukan fenomena bahwa guru BK di sekolah internasional merasa tidak dapat menjaga kesejahteraannya sendiri, hal ini disebabkan oleh beban kerja yang terlalu berlebihan di sekolah internasional. Habibah (2019) menemukan bahwa sebanyak 35,83% guru BK atau konselor sekolah di Pekanbaru mengalami kondisi *burnout*, yang mana *burnout* berpengaruh terhadap *psychological wellbeing* seseorang (Yu & Chae, 2020).

Parameter sehat secara psikologis adalah memiliki tingkat *psychological wellbeing* (kesejahteraan psikologis) yang baik, dengan ciri dapat menerima apa adanya diri, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki otonomi atau kendali atas hidupnya, memiliki pertumbuhan pribadi yang baik, mampu menguasai lingkungannya, serta memiliki tujuan hidup (Ryff, 1989).

Hamburger (2009) menggambarkan *psychological wellbeing* sebagai kehidupan yang berjalan baik, berkombinasi dengan perasaan yang sejahtera serta dapat berfungsi secara efektif. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi merasa mampu, mendapatkan dukungan, puas dengan kehidupan dan mempunyai perasaan yang bahagia.

Psychological wellbeing memiliki korelasi positif dengan tingkat performa kerja (Briner & Dewberry, 2007), dengan kata lain, semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki guru bimbingan dan konseling, performa layanan bimbingan dan konseling yang diberikan juga semakin baik. Temuan Abu Bakar & Ildil (2020) menunjukkan bahwa tingkat *psychological wellbeing* yang baik pada guru bimbingan dan konseling di Malaysia dapat meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh guru.

Implikasi mengenai *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling ini adalah karena di Malaysia layanan bimbingan dan konseling menjadi isu yang sangat diperhatikan pemerintah, sementara di Indonesia masih jarang ditemui dan belum menjadi *concern* negara, sehingga menjadi penting untuk dibahas lebih lanjut. Pembahasan ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan kualitas pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplor konstruk psikologis yang dapat memengaruhi *psychological wellbeing* pada guru bimbingan dan konseling, serta mengetahui tingkat *psychological wellbeing* yang dimiliki oleh guru bimbingan dan konseling.

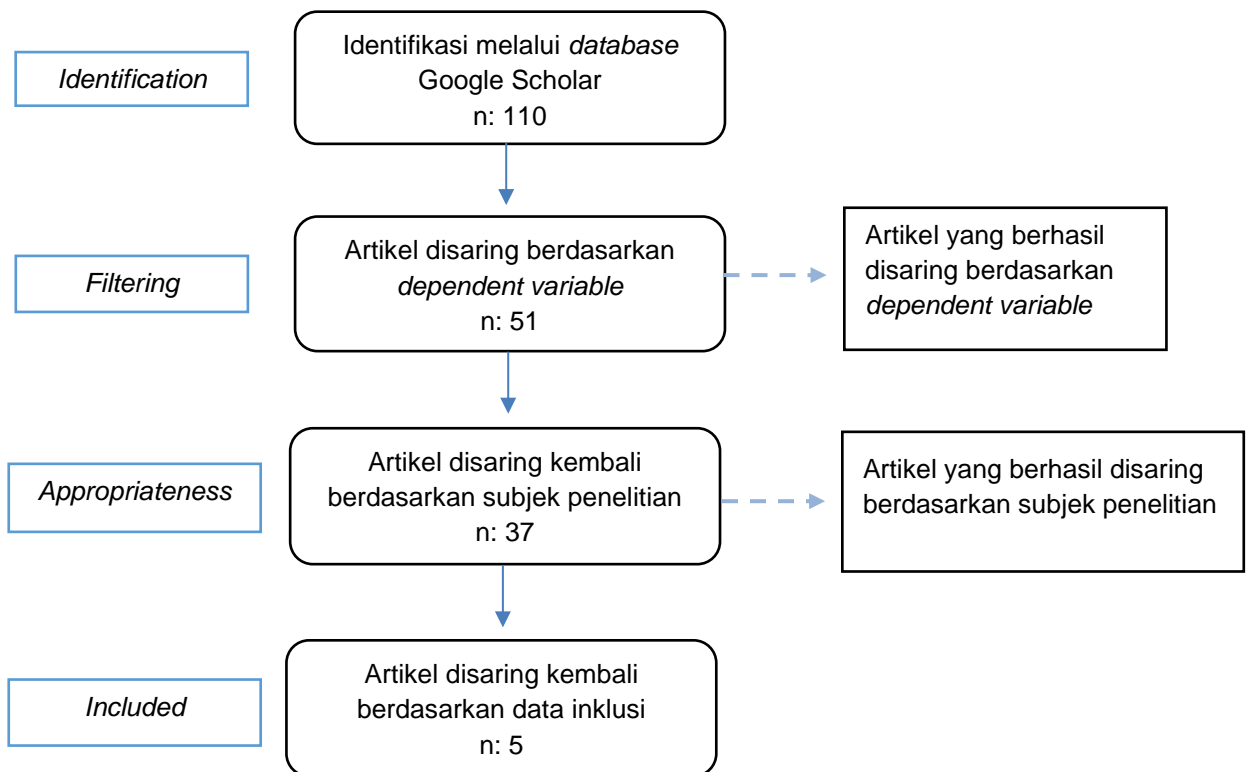
Systematic literature review ini merumuskan pertanyaan penelitiannya menjadi, (i) konstruk psikologis apa yang dapat memengaruhi *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling?; (ii) berapa tingkatan *psychological wellbeing* yang dimiliki oleh guru bimbingan dan konseling?

METODE

Design Penelitian

Metode penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR) dengan menggunakan panduan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) untuk membantu memetakan pencarian dan pelaporan artikel yang diulas (Kucera et al, 2023; Piñeiro-Cossio et al, 2021) Pendekatan ini dilakukan untuk mengeksplorasi literatur mengenai *psychological wellbeing* pada guru bimbingan dan konseling dengan rentang waktu 2015-2025.

Bagan 1. Diagram alur PRISMA



Literatur yang telah didapatkan disaring menggunakan panduan PICO (Population, Intervention, Comparison, Outcomes) sebagaimana yang digunakan dalam penelitian Piñeiro-Cossio et al, (2021).

Tabel 1. Panduan PICO

PICO	Keterangan
<i>Population</i>	Guru bimbingan dan konseling, <i>guidance and counselling teacher, school counsellor</i>
<i>Intervention</i>	Sekolah
<i>Comparison</i>	Penelitian ini tidak memasukkan kelompok pembandingan
<i>Outcome</i>	<i>Psychological wellbeing</i> , kesejahteraan psikologis

Peneliti juga merumuskan kriteria inklusi guna memfokuskan pembahasan artikel penelitian yang akan diulas.

Table 2. Kriteria Inklusi Penelitian

Kriteria Inklusi	Keterangan
Rentang Tahun	Artikel penelitian yang dipublikasi pada rentang tahun 2015-2024
Topik Utama	<i>Psychological wellbeing</i> sebagai <i>dependent variable</i> penelitian
Jenis Penelitian	Artikel penelitian nasional dan internasional menggunakan metode kuantitatif yang terbuka untuk umum (<i>open access</i>)
Lokasi Penelitian	Penelitian yang dilakukan baik di Indonesia maupun di luar Indonesia
Bahasa	Artikel penelitian yang ditulis menggunakan bahasa Indonesia dan/atau bahasa Inggris

Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Google Scholar*, yang merupakan database berbagai jenis penelitian. Literatur yang dipilih dalam penelitian ini hanya artikel penelitian yang dapat diakses secara umum atau *Open Access*. Artikel-artikel tersebut dipilih berdasarkan relevansi terhadap pembahasan penelitian ini.

Kata Kunci Penelitian

Kata kunci yang digunakan untuk mencari literatur terkait adalah "*psychological wellbeing*" atau "kesejahteraan psikologis" diikuti dengan "guru bimbingan dan konseling" atau "*guidance and counselling teacher*" atau "*school counsellor*". Berdasarkan hasil pencarian, didapatkan 110 artikel penelitian yang kemudian disaring berdasarkan PICO dan inklusivitas data, sehingga didapatkan 105 artikel yang dieliminasi karena tidak relevan dan 5 artikel sesuai yang dianalisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 3. Hasil Ulasan Artikel yang Relevan

	Judul	Tahun	Penulis	Ringkasan	Temuan
1	Kecerdasan Emosional, Dukungan Keluarga, dan Kesejahteraan pada Guru Bimbingan Konseling	2024	Ayu Rosanda Aprilianti & Lely Ika Mariyati	Meneliti tentang hubungan antara kecerdasan emosional, dukungan sosial keluarga, dan kesejahteraan psikologis pada guru bimbingan dan konseling SMA dan SMK di Kabupaten Sidoarjo dengan jumlah sampel 113. Pengukuran kesejahteraan psikologis menggunakan skala adaptasi <i>psychological wellbeing</i> yang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan <i>psychological wellbeing</i> dan dukungan keluarga dengan <i>psychological wellbeing</i> 2. Dukungan keluarga dan kecerdasan emosional berpengaruh signifikan terhadap <i>psychological wellbeing</i> 3. Sebesar 39,2% <i>psychological wellbeing</i> dipengaruhi oleh kecerdasan emosional dan dukungan keluarga

				mengacu pada teori Ryff & Singer	4. Secara berurutan, <i>psychological wellbeing</i> guru BK berada di menengah (34,51%) dan rendah (27,43%)
2	<i>Psychological Well-Being of School Counsellors Model</i>	2021	Ku Suhaila Ku-Johari, Nur Jannah Bali- Mahomed, Mohd Izwan Mahmud, Salleh Amat, & Syazwani Saadon	Penelitian ini meneliti tentang hubungan dan pengaruh antara <i>self-compassion</i> , <i>self-efficacy</i> , <i>emotional intelligence</i> , <i>spiritual intelligence</i> terhadap <i>psychological wellbeing</i> yang kemudian mengembangkan model <i>psychological wellbeing</i> untuk guru bimbingan dan konseling sekolah menengah di Malaysia dengan jumlah sampel sebanyak 330. <i>Psychological wellbeing</i> diukur menggunakan skala Ryff's <i>psychological wellbeing</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keseluruhan <i>independent variable</i> saling berkorelasi secara signifikan 2. <i>Self-compassion</i> dan <i>self-efficacy</i> menunjukkan korelasi positif yang moderat, sedangkan <i>emotional intelligence</i> dan <i>spiritual intelligence</i> menunjukkan korelasi positif yang kuat 3. Keseluruhan <i>independent variable</i> memiliki hubungan yang signifikan dengan <i>psychological wellbeing</i> 4. <i>Independent variable</i> berkontribusi sebanyak 76.5% terhadap <i>psychological wellbeing</i> guru BK, secara berurutan dari pengaruh tertinggi: <i>emotional intelligence</i>, <i>self-compassion</i>, <i>self-efficacy</i>, dan <i>spiritual intelligence</i> 5. Model <i>psychological wellbeing</i> sudah sesuai
3	<i>Prediction of Psychological Well-being based on Empathy among Vietnamese School Counselors</i>	2019	Vinh-Long Tran-Chi, Tuong-Vy Vo- Thi, Duy- Duyen Dao- Thi, Diem-My Nguyen-Thi, & Son Van Huynh	Meneliti hubungan antara <i>empathy</i> terhadap <i>psychological wellbeing</i> dan perbedaan tingkat <i>psychological wellbeing</i> antara guru konseling wanita dan pria di Vietnam dengan jumlah 53 sampel. Pengukuran <i>psychological wellbeing</i> menggunakan The Mental Health	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Psychological wellbeing</i> diuji dengan empat subskala <i>empathy</i>: <i>perspective taking</i>, <i>fantasy scale</i>, <i>empathic concern</i>, <i>personal distress</i> 2. Hanya ditemukan satu korelasi besar signifikan antara subskala <i>empathy (perspective taking)</i> terhadap <i>psychological wellbeing</i>

				Continuum-Short Form, yang berisi 6 item representatif dimensi psychological wellbeing	<p>3. Subskala <i>personal distress</i> berkorelasi kuat secara negatif terhadap <i>psychological wellbeing</i>. Sehingga semakin tinggi <i>personal distress</i>, diikuti dengan rendahnya <i>psychological wellbeing</i></p> <p>4. Guru konselor pria memiliki tingkat <i>psychological wellbeing</i> lebih tinggi dibandingkan guru konselor wanita</p>
4	<i>Religiosity and Psychological Well-Being of School Counselors</i>	2023	Syahril & Sitti Riadil Janna	Meneliti pengaruh religiusitas terhadap psychological wellbeing guru bimbingan dan konseling SMP sederajat dan SMA sederajat di Sulawesi Selatan dengan jumlah sampel sebanyak 103. Psychological wellbeing diukur menggunakan skala Ryff's psychological wellbeing	<p>1. <i>Religiosity</i> memiliki pengaruh yang positif terhadap <i>psychological wellbeing</i>, semakin tinggi tingkat <i>religiosity</i> akan diikuti dengan tingginya <i>psychological wellbeing</i></p> <p>2. <i>Religiosity</i> memprediksi psychology wellbeing sebesar 0,48%</p>
5	Kesejahteraan Psikologis Guru Bimbingan dan Konseling	2024	Elwas Berda Krismona & Inayah Ridhayanti Qarimah	Fokus penelitian pada gambaran kondisi kesejahteraan psikologis guru BK SMK di Bandung, dengan jumlah 58 sampel. Kesejahteraan psikologis diukur menggunakan skala Ryff's psychological wellbeing	<p>1. Kesejahteraan psikologis berada pada tingkat sedang</p> <p>2. Guru BK pria memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi dan guru BK wanita di tingkat sedang</p> <p>3. Status jabatan administratif (ASN/PPPK/honorar) dan latar belakang pendidikan juga memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis guru BK di Bandung</p>

Psychological wellbeing merupakan kondisi dimana individu mampu menerima segala yang ada dalam diri, mampu menciptakan hubungan baik dengan individu lain, mampu mengatur lingkungannya sendiri, mampu mengenali dan mengembangkan potensi

diri, mampu mandiri, dan mampu melakukan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1995). Pembahasan topik ini dapat memberikan kontribusi pada guru BK mengenai hal-hal yang dapat meningkatkan tingkat *psychological wellbeing*, yang mana berkorelasi dengan kualitas pemberian layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Berdasarkan artikel penelitian yang telah diulas, total keseluruhan sampel penelitian berjumlah 657 dengan rentang populasi 53 – 330 guru bimbingan dan konseling. Berdasarkan satuan pendidikan tempat guru BK bertugas, dua (2/5) penelitian fokus pada guru BK di SMA/SMK, dua (2/5) penelitian fokus pada guru BK di SMP/ sederajat dan SMA sederajat, dan satu (1/5) penelitian tidak menyantumkan lokasi latar penelitian secara spesifik. Sebanyak tiga dari lima (3/5) artikel yang diulas dilakukan di Indonesia (Kabupaten Sidoarjo, Sulawesi Selatan, dan Bandung), diikuti dengan dua artikel yang dilakukan di luar negeri (Malaysia dan Vietnam).

Pengukuran *psychological wellbeing* tiga dari lima (3/5) artikel yang diulas menggunakan instrumen Ryff's Psychological Well Being Scale, satu dari lima (1/5) artikel menggunakan alat ukur adaptasi berdasarkan teori Ryff & Singer, dan 1 dari lima (1/5) artikel menggunakan The Mental Health Continuum-Short Form.

Kecerdasan Emosional (Emotional Intelligence)

Dua penelitian yang diulas (Aprilianti & Maryati, 2024; Ku-Johari et al, 2021) menemukan bahwa kecerdasan emosional berkontribusi terhadap *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling. Aprilianti & Maryati (2024) menemukan hubungan positif yang sedang antar kedua variabel ini, sementara Ku-Johari et al (2021) menemukan hubungan positif yang kuat. Kecerdasan emosional digambarkan oleh Goleman (1995) sebagai kemampuan individu untuk mengatur emosinya, mampu memotivasi diri sendiri, dan mengatur emosi individu lain.

Dukungan Sosial Keluarga

Satu artikel penelitian yang diulas (Aprilianti & Maryati, 2024) menemukan bahwa dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan besar yang signifikan terhadap *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling. Kontribusi sumbangan efektif yang diberikan adalah sebesar 60,8%. Schwarzer et al (2003) menjelaskan bahwa dukungan sosial merujuk pada keberfungsian dan kualitas dari suatu hubungan sosial melalui proses interaktif individu dengan lingkungan sosialnya, yang dapat berupa dukungan dan bantuan yang diterima individu. Dukungan sosial keluarga dapat diartikan sebagai dukungan dan bantuan dari keluarga yang diterima oleh individu.

Self-Compassion

Satu artikel penelitian yang diulas (Ku-Johari et al, 2021) menemukan bahwa *self-compassion* berkontribusi positif terhadap *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling, yang mana kontribusi tersebut berada di tingkat moderat, sebesar 66,3%. *Self-compassion* digambarkan oleh Neff (2003) sebagai individu yang memiliki sikap yang terbuka, memperlakukan dirinya dengan baik, peduli, menganggap bahwa hal negatif yang dialaminya merupakan pengalaman berharga.

Self-Efficacy

Temuan dalam satu artikel penelitian (Ku-Johari et al, 2021) menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan positif dan memberikan kontribusi positif dengan tingkat moderat terhadap *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling, yaitu sebesar 66%. *Self-efficacy* digambarkan oleh Bandura (1997) sebagai kemampuan dan keyakinan individu dalam melakukan tugas-tugasnya dengan baik.

Spiritual Intelligence

Ditemukan dalam satu artikel penelitian yang diulas (Ku-Johari et al, 2021), bahwa *spiritual intelligence* memiliki hubungan positif yang signifikan dan memberikan kontribusi positif yang kuat terhadap *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling dengan besaran 71,6%. *Spiritual intelligence* diartikan sebagai pengetahuan dan pengalaman pribadi yang merefleksikan makna dan nilai dalam hidup (Zohar & Marshall, 2000).

Personal Distress of Empathy

Satu artikel penelitian yang diulas (Tran-Chi et al, 2019) menemukan bahwa dimensi dalam *empathy* yaitu *personal distress* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling. *Empathy* digambarkan oleh Wondra & Ellsworth (2015) sebagai sesuatu yang mewakili emosi ketika individu merasakan emosi yang sama dengan apa yang individu lain rasakan. *Personal distress* sendiri digambarkan sebagai perasaan pribadi terkait kecemasan dan kegelisahan terhadap ketegangan yang terjadi antara individu dengan individu lain atau kelompok. (Davis, 1983).

Religiosity

Satu artikel penelitian yang telah diulas (Syahril & Janna, 2023) menunjukkan bahwa *religiosity* berkontribusi secara positif terhadap *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling. Worden (2005) menjelaskan *religiosity* sebagai kepercayaan terhadap Tuhan atau entitas lain yang disucikan dengan keteguhan hati (iman), nilai-nilai, dan ritual yang diajarkan.

Demografi

Terdapat dua dari lima artikel penelitian yang diulas (Tran-Chi et al, 2019; Krismona & Qorimah, 2024) yang menyantumkan faktor demografi (jenis kelamin, dan status sosial ekonomi) sebagai variabel pembanding. Dua penelitian tersebut menemukan perbedaan tingkat *psychological wellbeing* yang dimiliki guru BK laki-laki dengan guru BK wanita (Tran-Chi et al, 2019; Krismona & Qorimah, 2024). Dilanjutkan dengan faktor sosial ekonomi, dimana latar belakang pendidikan (sarjana/pascasarjana/profesi) dan tingkat jabatan administratif (ASN/PPPK/honorer) turut andil dalam kontribusinya terhadap *psychological wellbeing* guru bimbingan dan konseling (Krismona & Qorimah, 2024). Semakin tinggi status sosial ekonomi yang dimiliki guru bimbingan dan konseling, akan diikuti tingginya tingkat *psychological wellbeing*. Hal ini sejalan dengan faktor pemengaruh *psychological wellbeing* yang dikemukakan oleh Ryff & Singer (1996), bahwa jenis kelamin dan status sosial ekonomi menjadi faktor yang memengaruhi *psychological wellbeing* seseorang.

Kategorisasi Tingkat *Psychological Wellbeing* Guru BK

Tiga dari lima penelitian yang diulas (Aprilianti & Mariyati, 2024; Tran-Chi et al, 2019; Krismona & Qorimah, 2024) melaporkan tingkat *psychological wellbeing* dari guru bimbingan dan konseling yang menjadi sampel penelitian. Aprilianti & Mariyati, (2024) melaporkan bahwa tingkat *psychological wellbeing* guru BK di Kabupaten Sidoarjo yang paling tinggi berada pada tingkat menengah dan rendah, dengan presentase 34,51% dan 27,43%. Tran-Chi et al (2019) melaporkan bahwa guru BK laki-laki di Vietnam memiliki tingkat *psychological wellbeing* yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru BK wanita, dengan rata-rata 3,95 dan 3,19. Krismona & Qorimah (2024) melaporkan bahwa tingkat *psychological wellbeing* yang dimiliki guru BK di Kota Bandung berada pada kategori sedang dengan rata-rata 163.

SIMPULAN

Meningkatkan *psychological wellbeing* guru BK merupakan hal penting guna meningkatkan efektivitas dan kualitas layanan bimbingan dan konseling di sekolah. *Psychological wellbeing* dapat ditingkatkan dengan memerhatikan emotional intelligence, dukungan sosial keluarga, *self-compassion*, *self-efficacy*, *spiritual intelligence*, *religiosity*, dan menurunkan tingkat *personal distress*. Peningkatan dan penurunan aspek-aspek tersebut dapat membuat guru BK lebih baik dalam menghadapi tantangan peran yang dihadapi. Penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan ilmu dari *psychological wellbeing* untuk mengetahui lebih lanjut kompleksitas dinamika kesejahteraan guru BK.

REFERENSI

- Abu Bakar, A. B., & Idris, I. (2020). The Psychological Well-Being and Self-Compassion on Malaysian Teachers of Counseling and Guidance. *Acta Counseling and Humanities*, 1(1), 63-65. <https://doi.org/10.46637/ach.v1i1.12>
- Amichai-Hamburger, Y., & Barak, A. (2009). Internet and well-being. In Y. Amichai-Hamburger (Ed.), *Technology and Psychological Well-being*. 34–76 <https://doi.org/10.1017/CBO9780511635373.003>
- Aprilianti, A. R., & Mariyati, L. I. (2024). Kecerdasan Emosional, Dukungan Keluarga, dan Kesejahteraan pada Guru Bimbingan Konseling. *Pubmedia Journal of Islamic Psychology*. 1(2), 1-15
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.84.2.191>
- Davis, M. H. (1983). Measuring Individual Differences in Empathy: Evidence for a Multidimensional Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 44(1), 113–126.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
- Krismona, E. B., & Qarimah, I. R. (2024). Kesejahteraan Psikologis Guru Bimbingan dan Konseling. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 21(2), 203-209. <https://doi.org/10.34005/guidance.v21i01.3686>
- Ku-Johari, K. S., Bali-Mahomed, N. J., Mahmud, M. I., Amat, S., & Saadon, S. (2022). Psychological well-being of school counsellors model. *European Journal of Educational Research*, 11(2), 621-638. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.11.2.621>
- Kucera, M., Tomaskova, H., Stodola, M., & Kagstrom, A. (2023). A Systematic Review of Mental Health Literacy Measures for Children and Adolescents. *Adolescent Research Review*, 8(3), 339-358. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00202-8>
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Piñeiro-Cossio, J., Fernández-Martínez, A., Nuviala, A., & Pérez-Ordás, R. (2021). Psychological wellbeing in Physical Education and School Sports: A Systematic Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 18, 864. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030864>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Exploration on the meaning of psychology well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1069 – 1081

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65, 14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Schwarzer, R., Knoll, N., & Rieckmann, N. (2003). Social Support
- Syahril., & Jannah, S. R. (2023). Religiosity and Psychological Well-Being of School Counselors. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*. 15(2). 1549-1555. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i2.2365>
- Tran-Chi, V-L., Vo-Thi, T-V., Dao-Thi, D-D., Nguyen-Thi, D-M., & Hyunh, S. V. (2019). Prediction of Psychological Well-being based on Empathy among Vietnamese School Counselors. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 8(6), 64-69
- Wahyudi, I., Neviyarni, N., & Firman, F. (2021). Dasar, Aplikasi dan Permasalahan Guru BK di Sekolah. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*. 6(2), 63-72. <https://doi.org/10.23916/08884011>
- Wondra, J. D., & Ellsworth, P. C. (2015). An Appraisal Theory of Empathy and Other Vicarious Emotional Experiences. *Psychological Review: American Psychological Association*. 122(3), 411-428. <http://dx.doi.org/10.1037/a0039252>
- Worden, S. (2005). Religion in Strategic Leadership: A Positivistic, Normative/Theological, and Strategic Analysis. *Journal of Business Ethics*, 57(3), 221-239. <https://doi.org/10.1007/s10551-004-6943-y>
- Zohar, D., & Marshall, I. (2000). *Spiritual intelligence the ultimate intelligence*. Bloomsbury Publishing Plc.