

HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN KEBAHAGIAAN GURU TK ‘AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL DI JAKARTA

Nafisah Muthmainnah

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
e-mail : nafisah.19035@mhs.unesa.ac.id

Wulan Patria Saroinsong

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
e-mail : wulansaroinsong@unesa.ac.id

Abstrak

Kebahagiaan merupakan salah satu upaya yang diraih manusia, yang menghasilkan perasaan puas. Manajemen waktu yang baik pada guru merupakan upaya untuk meningkatkan hasil pembelajaran. Guru merupakan ujung tombak kemajuan bangsa Indonesia. Kebahagiaan guru TK dapat mempertahankan kemajuan pembelajaran AUD dan peningkatan kualitas SDM sejak dini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan manajemen waktu dengan kebahagiaan guru TK melalui penggunaan media sosial. Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan metode survei. Sampel penelitian ini adalah guru TK ‘Aisyiyah Bustanul Athfal di wilayah Jakarta yang berjumlah 194 guru. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan SPSS 26 untuk pengujian hipotesis. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan manajemen waktu dan kebahagiaan guru TK. Hal ini ditunjukkan dengan nilai Sig. perolehan hasil uji korelasi yaitu $0,000 < 0,05$. Manajemen waktu dapat mengurangi kesalahan yang dibuat dalam pekerjaan serta menambah keberhasilan mengatur waktu. Hal tersebut terhubung dengan kebahagiaan guru TK karena dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri dan kepuasan dalam pekerjaan.

Kata kunci: guru TK, kebahagiaan, manajemen waktu

Abstract

Happiness is one of the efforts achieved by humans that results in feelings of satisfaction. Good time management for teachers is an effort to improve learning outcomes. Kindergarten teachers are happy to be able to maintain AUD learning progress and improve the quality of human resources from an early age. The purpose of this study was to determine the relationship between time management and kindergarten teachers' happiness through the use of social media. This research uses a quantitative type with a survey method. The sample for this research was the TK Aisyiyah Bustanul Athfal teachers in the Jakarta area, totaling 194 teachers. Data collection techniques using a questionnaire The data were analyzed using SPSS 26 for hypothesis testing. Based on the results of this study, it can be concluded that there is a relationship between time management and kindergarten teacher happiness. This is indicated by the value of Sig. The acquisition of correlation test results is $0.000 < 0.05$. Time management can reduce mistakes made on the job and increase successful time management. This is connected to the happiness of kindergarten teachers because it can help increase self-confidence and job satisfaction.

Keywords: happiness, kindergarten teacher, social media, time management..

1. PENDAHULUAN

Di era Revolusi Industri 4.0, tantangan penyiapan sumber daya manusia (SDM) untuk berdaya saing di dunia global semakin besar dan kompetitif (Sigit, 2022). Salah satu aspek yang harus dipersiapkan dalam persaingan global adalah pendidikan. Tujuan pendidikan semata-mata untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia

(Krismiati, 2017). Ada kebutuhan mendesak untuk memberikan layanan pendidikan kepada semua orang tanpa kecuali (Sujarwanto, Saroinsong et al., 2022).

Setiap orang yang bekerja dalam berbagai profesi berhak untuk merasa bahagia, termasuk guru. Seligman (2005) menyatakan bahwa kebahagiaan dapat dicapai

ketika individu memahami dirinya sendiri, memaknai kekuatan yang ada dalam dirinya, dan mengetahui bagaimana menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari. Baumgardener dan Crothers (dalam Jannah, Putra, Nurudin, Situmorang 2019) berpendapat bahwa kebahagiaan berarti kepuasan hidup yang tinggi dan emosi positif dan negatif yang rendah.

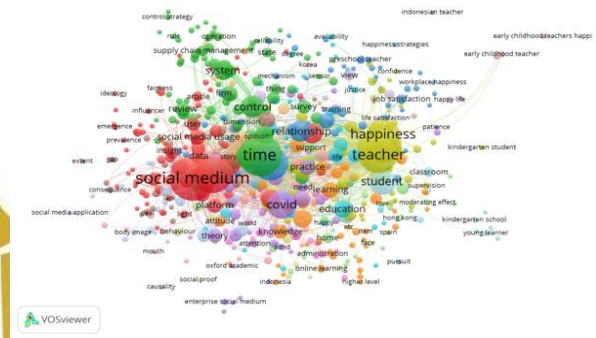
Peran guru dalam kegiatan pembelajaran sangat dominan, sehingga guru harus mampu maju mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang pesat. Hubungan guru-anak sangat penting untuk pendidikan yang efektif (Sujarwanto et al., 2022). Menurut Munawwarah (2022), konsekuensi dari peran guru adalah guru harus berusaha mengembangkan dengan berbagai cara, baik dengan membaca berbagai bahan referensi untuk meningkatkan profesionalitasnya, atau dengan karya tulis, atau dengan melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi. studinya. Pendidikan. Saat guru senang, anak mengalami emosi positif yang membuat belajar menjadi menyenangkan dan secara relativistik dapat memotivasi anak (Maulia et al., 2019). Hal ini menegaskan bahwa kepuasan guru merupakan hal yang penting. Dalam wawancara dengan 'Aisyiyah Bustanul Athfal, seorang guru TK di Jakarta, beliau menjelaskan bahwa kebahagiaan itu berasal dari rasa syukur, saling menghargai (toleransi) dan keluarga yang dibangun bersama. Keberuntungan berpengaruh baik dalam belajar, sehingga anak menyerap materi dengan senang dan baik, ujanya.

Menurut Munawwarah & Bahr (2022), realita yang dialami guru setiap hari adalah menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan keluarga dan sebagai anggota masyarakat. Kecepatan dan pencapaian baru-baru ini menjadi pekerjaan yang berlebihan, dan sebagian besar guru mengeluh dengan lantang bahwa tidak ada cukup waktu tersisa untuk pekerjaan tambahan (Nelson, 2006). Akibatnya, guru tidak memiliki tenaga dan waktu yang cukup untuk persiapan, tidak memiliki waktu untuk pengembangan diri atau tidak memiliki manajemen waktu yang baik, serta minat terhadap pendidikan menjadi berkurang.

Anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah untuk belajar, berinteraksi dan bersosialisasi, sehingga lingkungan sekolah memberikan dampak yang signifikan terhadap potensi mereka (Leonard, 2015). Situasi kesehatan mental guru harus diperhatikan agar guru dapat menggali potensi anak bahagia dan mudah mewujudkannya. Menurut Savira et al. (2021), stres kerja merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan mental. Guru yang toleran terhadap stres cenderung memiliki ekspektasi yang realistis terhadap pekerjaannya, pendekatan filosofis terhadap apa yang dapat mereka lakukan, dan sikap yang positif (Sujarwanto, Patria, dkk, 2022).

Manajemen waktu yang baik bagi guru sangat penting dalam usahanya mempertahankan kemajuan, meningkatkan mutu pengajaran sekaligus meningkatkan hasil belajar (Munawwarah, 2022). Guru diharapkan dapat mengatur waktunya dengan baik di sekolah, di rumah, bahkan di tempat guru berada. Manajemen waktu membantu mencapai tujuan. Anda perlu memahami aspek

manajemen waktu agar dapat menerapkan manajemen waktu dengan baik (Listaningtyas, 2019).



Gambar 1
Network Visualization
Sumber. Vosviewer versi 1.6.18

Dari gambar 1, menentukan langkah apa yang perlu diambil untuk menutup gap antara kondisi saat ini dengan kondisi yang diinginkan atau kondisi masa depan yang diinginkan. Gap research terdiri dari 17 cluster kemudian terdapat 3 cluster diantaranya menonjol dan melingkup penelitian ini yakni: warna kuning (happiness dan teacher), warna hijau (time), warna merah (social medium). Keterkaitan cluster berwarna kuning (happiness & teacher) terdapat kategori kebahagiaan guru TK yang jarang diteliti karena terlihat kecil, sedangkan keterkaitan cluster berwarna hijau (time) terdapat kategori manajemen waktu.

Guru memiliki caranya sendiri dalam menghadapi masalah. Beberapa guru mengalami stres ringan, kelelahan emosional, kecemasan yang berujung pada penyakit psikosomatis dan depresi yang sangat parah dan memerlukan penanganan yang tepat (Syafira, 2021). Guru adalah ujung tombak kemajuan bangsa Indonesia. Memperhatikan kebahagiaan guru TK sangat penting karena memungkinkan kita untuk menjaga kemajuan dan meningkatkan kualitas belajar mengajar anak usia dini, sekaligus meningkatkan kualitas pengajaran sehingga kita dapat melahirkan generasi yang lebih baik lagi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan manajemen waktu dengan kebahagiaan guru TK 'Aisyiyah Bustanul Athfal di Jakarta

METODE

Penelitian ini dikembangkan dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode survei. Sedangkan populasinya yaitu seluruh TK 'Aisyiyah Bustanul Athfal wilayah Jakarta yang berjumlah 70 sekolah (sumber: data kemendikbud) dan 375 guru (sumber: wawancara) dengan menggunakan rumus Slovin dan teknik purposive sampling, sampel dalam penelitian ini adalah guru TK 'Aisyiyah Bustanul Athfal di wilayah Jakarta yang berjumlah 194 guru. Dalam teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Kuesioner adalah mekanisme pengumpulan data yang efisien ketika peneliti mengetahui yang diteliti dan cara untuk mengukurnya (Sekaran & Bougie, 2013). Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk pengujian hipotesis teknik analisis korelasi dengan bantuan program aplikasi

SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versi 26.

Penyajian data deskriptif responden penelitian dalam penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan situasi atau kondisi responden sebagai informasi tambahan untuk memahami hasil penelitian. Responden dalam penelitian ini memiliki gambaran sebagai berikut:

Tabel 1
Hasil Data Demografi

Karakteristik		Frekuensi	Total Responden
Jenis Kelamin	Laki-Laki	6	194
	Perempuan	188	
Usia (Tahun)	20-25	28	194
	26-30	64	
	31-35	77	
	36-40	25	
Domisili (Jakarta)	Jakarta Pusat	53	194
	Utara	21	
	Selatan	46	
	Barat	43	
	Timur	31	
Lama Bekerja (Tahun)	1-2	13	194
	3-4	56	
	5-6	103	
	7 lebih	22	

Berdasarkan keterangan pada tabel 1 dapat diketahui tentang jenis kelamin responden. Jenis kelamin laki-laki sebanyak 6 orang dan jenis kelamin perempuan sebanyak 188 orang. Dari keterangan tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar guru TK Aisyiyah Bustanul Athfal di Jakarta adalah berjenis kelamin perempuan. Dalam penelitian ini, responden paling sedikit berusia 36-40 tahun dan paling banyak berusia 31-35 tahun. Dapat diketahui dari tabel 3.1 bahwa sebagian besar responden guru TK Aisyiyah Bustanul Athfal bekerja di wilayah Jakarta Pusat. Dari tabel 3.1 menunjukkan bahwa dalam penelitian ini sebagian besar guru TK 'Aisyiyah di Jakarta memiliki pengalaman pekerjaan selama 5 hingga 6 tahun.

Alat ukur dalam penelitian ini berupa kuesioner (Google form). Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup, yaitu: kuesioner dengan alternatif jawaban, dimana responden hanya tinggal memilih. Dalam penelitian ini digunakan metode skala sikap model Likert dengan variabel Y dan X dengan kuesioner demografi. Skala sikap berisi pernyataan sikap, yaitu pernyataan tentang subjek sikap (Azwar, 2012). Peneliti mengikuti teori Argyle dan Hills (2002) tentang kebahagiaan, yang didefinisikan sebagai suatu emosi positif yang dirasakan seseorang seperti rasa gembira dan kepuasan diri dalam kehidupannya. Dalam variabel terikat (Y), mengambil instrumen pengumpulan data dari "Oxford Happiness Quistionare" yang dikembangkan oleh peneliti untuk mengukur skala kebahagiaan guru TK. Sedangkan dalam

variabel manajemen waktu (X), penelitian ini mengembangkan data instrumen milik Suzanne M. White, Anne Riley & Peter Flom dalam jurnal artikel "Assessment of Time Management Skills (ATMS): A Practice-Based Outcome Questionnaire) tahun 2013.

Analisis data yang telah diperoleh dalam penelitian ini diolah dengan bantuan program perhitungan statistik software SPSS versi 26. Dengan bantuan software tersebut analisis yang dilakukan peneliti adalah uji validilitas dan reliabilitas, serta uji korelasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Instrumen pada penelitian ini akan di uji validitas dan reabilitasnya, terdapat 2 instrumen diantaranya yaitu kebahagiaan guru TK dan manajemen waktu. Sebelum menyebarkan kuesioner pada sampel, peneliti melakukan uji coba instrument terlebih dahulu pada responden yang memiliki kriteria yang sama namun dengan lokasi yang berbeda yakni TK 'Aisyiyah Bustanul Athfal di Surabaya sebanyak 50 guru. Berikut hasil dari perhitungan SPSS:

Tabel 2
Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas	Total Item	Variabel	Hasil Relia	=	Role Of Thumb	Ket
24 butir Valid	24	Kebahagiaan Guru TK	0,960	>	0,6	Reliabel
8 butir Tidak Valid 22 butir Valid	30	Manajemen Waktu	0,874	>	0,6	Reliabel

Berdasarkan tabel 2 mendapatkan hasil bahwa 8 item tidak valid pada skala manajemen waktu, sehingga dari 30 item baku menjadi 22 item valid. Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai Cronbach Alpha dari kebahagiaan guru TK dan manajemen waktu adalah lebih dari 0,6 sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh item dari ketiga variabel tersebut yang digunakan dalam kuisioner bersifat reliabel.

Tabel 3
Hasil Uji Korelasi

Variabel		KG (Y)	MW (X1)
KG (Y)	Pearson Cor.	1	0,768**
	Sig		0,000
	N	194	194
MW (X)	Pearson Cor.	0,768**	1
	Sig	0,000	
	N	194	194

Dari tabel 3 menunjukkan bahwa adanya tingkat korelasi yang kuat antara manajemen waktu terhadap kebahagiaan guru TK dengan nilai Sig. (2-tailed) $0,00 < 0,05$. Hal tersebut menjelaskan bahwa ada hubungan manajemen waktu dengan kebahagiaan guru TK. Manajemen waktu dan kebahagiaan guru TK terbukti memiliki hubungan dengan hal ini didukung dengan jawaban responden terhadap indikator kuesioner memiliki kepercayaan diri yang baik, merasa sejahtera dalam hidup dan indikator menyadari siklus energi terhadap pengaruh gangguan perhatian menunjukkan pada jawaban sangat setuju. Dalam tahap ini, peneliti hanya dapat mengetahui hubungan antar variabel. Jadi, untuk mengetahui pengaruh antar variabel secara positif atau negatif dapat dieksplor menggunakan analisis regresi berganda dan analisis jalur.

Menurut Santrock (2007) manajemen waktu merupakan hal yang dapat membantu individu lebih produktif, memberikan keseimbangan antara bekerja dan bermain serta mencegah stres. Orr dan Ika (2017) mengatakan bahwa efek dari manajemen waktu antara lain mengubah hidup menjadi teratur, mempunyai kepercayaan diri dan disiplin, memiliki kepuasan kerja dari setiap individu dan mengurangi kesalahan yang dibuat dalam pekerjaan serta menambah penghasilan dari apa yang dikerjakan. Hal tersebut dapat menunjang kebahagiaan seseorang dengan kesuksesan dan karir yang telah diraih. Hal tersebut didukung dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh Tibet, Yun, Ding-chu, dan Zhi-hui dalam (Irianto & Subandi, 2015) di Provinsi Sichuan menemukan bahwa keberhasilan dalam melaksanakan tugas yang dihadapi oleh guru di wilayah pedalaman dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri dan kepuasan dalam pekerjaan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah diuraikan, pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan pada manajemen waktu dan kebahagiaan guru TK. Hal ini dibuktikan pada hasil yang diperoleh dari uji korelasi Pearson antarvariabel dengan nilai sig. 0,000. Hasil menunjukkan bahwa manajemen waktu dan kebahagiaan guru TK memiliki hubungan. Hubungan yang positif cenderung memberikan kontribusi yang lebih besar pada kebahagiaan guru TK. Kebahagiaan guru TK yang tinggi berpengaruh positif terhadap emosi siswanya. Mengutamakan kepuasan guru dapat memberikan landasan yang kuat untuk pembelajaran yang efektif dan berkelanjutan. Oleh karena itu penting bagi guru sebagai pendidik, lembaga, pemerintah dan diri sendiri memperhatikan dan mendukung kebahagiaan guru TK agar dapat meningkatkan kualitas pengajaran dan melahirkan generasi (PAUD) yang lebih baik dari sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, F. I. (2022). Pengaruh Antara Regulasi Diri dan Manajemen Waktu Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Siswa MAN Sidoarjo. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Aminatus Sa'diyah, S., Reza, M., Widayanti, M. D., & Komalasari, D. (2022). Studi Komparatif Kompetensi Profesional Guru PAUD ditinjau dari Latar Belakang Pendidikan. JP2KG AUD, 3(1), 35–50.
<https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jp2kgaud.2022.3.1.35-50>
- Ansory, A. F., & Indrasari, M. (2018). Manajemen Sumber Daya Manusia. Indonesia Pustaka. www.indomediapustaka.com
- Arianti. (2018). 'Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa'. Didaktika Jurnal Kependidikan, 12(2).
- Arikunto, S. (2013). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Rineka Cipta.
- Atika Listianingtyas, N., & dan Konseling, B. (2019). Hubungan Manajemen Waktu dan Pola Asuh

- Otoritatif dengan Kecanduan Media Sosial (Studi Korelasi di SMP Negeri 6 Yogyakarta). Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling, 5(1).
<https://inet.detik.com/cyberlife/d->
- Azwar, Saifuddin. (2012). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. (2017). Metode Penelitian Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Cahyaningtyas, H., Dale, A. A., Karimah, F. N., & Caesaria, I. (2020). Kebahagiaan Pada Guru Sekolah Luar Bahasa (SLB). Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi, 5(1), 93–102.
<https://doi.org/10.23917/indigenous.v5i1.11133>
- Carr, A. (2004). Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strength. Brunner Routledge.
- Danim, S. (2008). Visi Baru Manajemen Sekolah dari Unit Birokrasi ke Lembaga Akademik. PT. Bumi Aksara.
- Diener, E., & Scollon, C. N. (2003). Subjective well-being is desirable, but not the summum bonum. University of Minnesota.
- Djamarah, S. B. (2013). Strategi Belajar Mengajar. Rineka Cipta.
- Dwi Endah, R., & Fitri, R. (2016). Peningkatan Kemampuan Mengenal Warna Melalui Outdoor Learning Bermedia Lingkungan Alam Pada Anak Kelompok A. PAUD Teratai, 5(3), 182–186.
- Echols, J. M., & Hassan, S. (2003). Kamus Inggris-Indonesia (25th ed.). Gramedia Pustaka Utama.
- Fitri, R. (2017). Metakognitif Pada Proses Belajar Anak Dalam Kajian Neurosains. Jurnal Pendidikan, 2(1), 44–52.
<https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jp.v2n1.p56-64>
- Fitri, R., Hasibuan, R., & Setyowati, S. (2022). Neurokinestetik: Model Aktivitas Gerak pada Anak Usia Dini untuk Kesiapan Belajar. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 6(6), 7186–7203.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2106>
- Gea, A. A. (2014). Time Management: Menggunakan Waktu Secara Efektif Dan Efisien.
- Gugah Putri, Y., & Komalasari, D. (2019). Studi Deskriptif Pemahaman Guru tentang Tahapan Mengajarkan Kegiatan Melipat untuk Anak Usia 4-6 Tahun di Kecamatan Baron Kabupaten Nganjuk. PAUD Teratai, 8(1).
<https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1579753>
- Hairuni. (2022, March 23). Media Online Di Era Revolusi Industry 4.0 Dan Society 5.0 Serta Peran Humas Dalam Menyajikan Informasi. HUMASPASER.
<https://humas.paserkab.go.id/berita/media-online-di-era-revolusi-industry-4-0-dan-society-5-0-serta-peran-humas-dalam-menyajikan-informa>
- Halimah, D. N., & Nawangsih, E. (2021). Studi Deskriptif Mengenai Happiness pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Kota Bandung. Jurnal Riset Psikologi, 1(1), 7–11.
<https://doi.org/10.29313/jrp.v1i1.87>

- Hasibuan, R., Fitri, R., & Dewi, U. (2022). STEAM-Based Learning Media: Assisting in Developing Children's Skills. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6863–6876. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3560>
- Hasibuan, R., Fitri, R., Maureen, I. Y., Pratiwi, A. P., Anak, P., Dini, U., & Surabaya, U. N. (2022). Penyusunan Kurikulum Operasional Pada Satuan Paud Berbasis Kurikulum Merdeka. *Transformasi Dan Inovasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jpm.v2n2.p87-92>
- Hatta. (2018). Empat Kompetensi Guru untuk Membangun Profesionalisme Guru (Amka (ed.)). Nizamia Learning Center. www.nizamiacenter.com
- Hidayat, A. (2013). Penjelasan Lengkap Uji Homogenitas. *Statistikian*. <https://www.statistikian.com/2013/01/uji-homogenitas.html>
- Hills, Peter, and Michael Argyle. (2017). The Oxford Happiness Questionnaire: A Compact Scale for the Measurement of Psychological Well-Being?. *Sciencedirect*, 33(7), 1073–1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
- Irianto, I., & Subandi, S. (2015). Studi Fenomenologis Kebahagiaan Guru di Papua. *GADJAH MADA JOURNAL OF PSYCHOLOGY*, 1(3), 140–166.
- Jannah, R., Psikologi, M., Dahlan, A., Putra, M. S., & Situmorang, N. Z. (2019). Makna kebahagiaan mahasiswa perantau. *Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(1), 22–29.
- Juhana Senjaya, A. (2018). *Statistika Korelasional*. K-Media.
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Bussiness Horizon*.
- Khotimah, N., Hasibuan, R., Reza, M., & Saroinsong, W. P. (2020). The Scale Factors of Teacher Personalty Skill Model on Children Socio-emotional. *ATLANTIS PRESS*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201205.096>
- Kircaburun, K., Alhabash, S., Tosuntaş, Ş. B., & Griffiths, M. D. (2020). Uses and Gratifications of Problematic Social Media Use Among University Students: a Simultaneous Examination of the Big Five of Personality Traits, Social Media Platforms, and Social Media Use Motives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 525–547. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9940-6>
- Koc, M & Gulyagci, S. (2013). Facebook addiction among Turkish college students: the role of psychological health, demographic, and usage characteristics. *Cyberpsycholog, Behavior, and Social Networking*, 16 (4), 279–284, <https://doi:10.1089/cyber.2012.0249>.
- Krismiati. (2017). Pengembangan Sumber Daya Manusia dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan di SD Negeri Inpres Angkasa Biak. *Jurnal Office*, 3(1).
- Leonard. (2015). *Kompetensi Tenaga Pendidik Di Indonesia: Analisis Dampak Rendahnya Kualitas SDM Guru Dan Solusi Perbaikannya*. <https://www.neliti.com/publications/234977/kompetensi-tenaga-pendidik-di-indonesia-analisis-dampak-rendahnya-kualitas-sdm-g>
- Lu, L., & Shih, J. Bin. (1997). Sources of Happiness: A Qualitative Approach. *The Journal of Social Psychology*, 137(2), 181–187. <https://doi.org/10.1080/00224549709595429>
- Lyubomksky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. In *Review of General Psychology* (Vol. 9, Issue 2). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- Maulia, D., Rakhmawati, E., & Suharno, Agus. (2018). Makna Kesejahteraan pada Guru Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 176–189.
- Meiryani, M. (2021). Memahami Uji Normalitas Dalam Model Regresi. <https://accounting.binus.ac.id/2021/08/06/memahami-uji-normalitas-dalam-model-regresi/>
- Muklason, A., & Aljawi, A. Y. (2011). Jejaring Sosial Dan Dampak Bagi Penggunaanya. 1(1). <http://journal.unipdu.ac.id:8080/index.php/teknologi/article/view/46>
- Munawaroh, Yuniarti, D., & Hayati, M. N. (2015). Analisis Regresi Variabel Mediasi dengan Metode Kausal Step (Studi Kasus: Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Perkapita di Provinsi Kalimantan Timur Tahun 2011-2013). *Jurnal EKSPONENSIAL*, 6(2).
- Munawwarah, R. Al, & Bahri, J. (2022). Pengaruh Manajemen Waktu, Motivasi Kerja dan Kinerja Guru Terhadap Kompetensi Profesional Guru. 11.
- Nadhirin, A. U., & Surur, A. M. (2020). Manajemen Waktu Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 Pada TK Dharma Wanita 1 Baleturi. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 81–94. <https://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/assibyan/article/download/2939/2740>
- Nelson, I. (2006). *Time Management for Teachers* (M. Park (ed.)). Saxon Graphics.
- Nickels, W. G., McHugh, J. M., & McHugh, S. M. (2012). *Understanding Business* (I. Irwin (ed.); 10th ed.). McGraw-Hill Education.
- Noviani, K., & Komalasari, D. (2018). Studi Deskriptif Perbandingan Kinerja Guru TK Dalam Penggunaan LKA dan APE di Desa Kebonagung Kecamatan Sukodono Sidoarjo. *PAUD Teratai*, 7(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/article/view/22459>
- Nurhidayati, & Dwi, Diana. (2016). Peningkatan Pemahaman Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving pada Siswa. *PSIKOPEDAGOGIA: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 5, no. 1 (1 June 2016): 24. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4592>

- Nurochim, & Ngaisah, Siti. (2020). Pendampingan dalam Mehamami Indeks Kebahagiaan Guru di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Tangerang Selatan. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama* 12, no. 01 (4 February 2020): 1–14. <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v12i01.213>.
- Nursalim, M., Sujarwananto, Yuliana, I., Eka Tiyyas, Z., Lailatul Jannah, N., Kartika Rinakit, A., Agustin Ningrum, M., Widya Murni, A., Yunita Rahma, E., Wahyu Dewani, H., Setyo Nugroho, A., Fauziddin, M., Komalasari, D., Widayati, S., Marzuki, I., & Edi Siswanto, B. (2022). *Antologi Neurosains dalam Pendidikan* (K. Ummatin (ed.)). CV. Jakad Media Publishing.
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamorro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51–60. doi: dx.doi.org/10.1016/j
- Parker, P. D., & Martin, A. J. (2009). Coping And Buoyancy In The Workplace: Understanding Their Effects on Teachers' Work-Related Well-Being And Engagement. *Teaching and Teacher Education*, 25(1), 68–75.
- Poluakan, C., & Patria Saroinsong, W. (2017). Statistical Analysis Of Social and Professional Competence Of Science Teacher. Article in *Asian Journal of Computer Science and Information Technology*, 8(3), 4550–4554. <http://www.journalajst.com>
- Purwanto, Purwanto. (2019). *Analisis Kolerasi Dan Regresi Linier Dengan SPSS 21 (Panduan Praktis Untuk Penelitian Ekonomi Syariah)*. Magelang: StaiaPress.
- Puspitarani, P., & Mujab Masykur, A. (2018). Makna Menjadi Guru Taman Kanak-Kanak (Sebuah Studi Kualitatif Fenomenologis). 7(1), 308–314.
- Riadi, M. (2019, February). *Manajemen Waktu*. Kajian Pustaka. <https://www.kajianpustaka.com/2019/02/manajem-en-waktu.html>
- Sa'diah Nisyatun, H., & Komalasari, D. (2020). Analisis Masalah Kompetensi Pedagogik Guru PAUD Tersertifikasi Di Kecamatan Lamongan. *PAUD Teratai*, 9(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/article/view/35148>
- Sahri, J., Susman, K. R., & Zulkarnain, M. I. (2019). Uji Normalitas, Uji Linieritas dan Uji Independensi. https://www.academia.edu/38565607/Statistika_S_PSS_Uji_Normalitas_Uji_Linieritas_dan_Uji_Independensi
- Saleh, A. A. (2018). *Pengantar Psikologi*. Aksara Timur.
- Salsabilla, F., Ayu Arofiq, P., & Hamidah, H. (2022). Upaya Peningkatan Disiplin Belajar Siswa Melalui Manajemen Waktu di SD Laban Tengah. *Jurnal Pengabdian Dan Edukasi Sekolah*, 2(2). <https://doi.org/10.46306/jub.v2i2>
- Santrock, J. W. 2002. *Life-Span Development* (perkembangan masa hidup, jilid 1). Jakarta: Erlangga
- Saputra, A. (2019). Survei Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Kota Padang Menggunakan Teori Uses and Gratifications. *JURNAL DOKUMENTASI DAN INFORMASI*, 40(2), 207. <https://doi.org/10.14203/j.baca.v40i2.476>
- Sarmadi, S. (2018). *PSIKOLOGI POSITIF*. Titah Surga.
- Savira, S. I., Kholidya, C. F., Rachmadyanti, P., Komalasari, D., & Winingsih, E. (2021). Job Burnout on Teachers as Public Servant. Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.211223.212>
- Seligman, M. E. P. (2005). Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif. Mizan Media Utama.
- Sholikhah, Z., Reza, M., Dwi Widayanti, M., & Komalasari, D. (2022). Pengembangan Buku Panduan Kegiatan Pembelajaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Guru Taman Kanak-Kanak. *PAUD Teratai*, 11(1), 136–147.
- Sigit, S. (2022, December). Sekilas Pandang Revolusi Industri 4.0. *Jendela Pendidikan Dan Kebudayaan*, 6–6. <https://jendela.kemdikbud.go.id/v2/fokus/detail/sekilas-pandang-revolusi-industri-4-0>
- Singh, J. K., & Jain, M. (2013). A study of employees' job satisfaction and its impact on their performance. *Journal of Indian Research*, 14(1).
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (25th ed.). Alfabeta.
- Sujarwanto, Patria Saroinsong, W., Riyanto, Y., Nurul Ashar, M., Rinakit Adhe, K., & Boonrungut, C. (2022). *Mengelola Stres pada Guru* (D. Poedjiastutie (ed.)). Cipta Media Nusantara.
- Sujarwanto, Saroinsong, W. P., Boonroungrut, C., Adhe, K. R., Purwoko, B., & Riyanto, Y. (2022). Special Education Teachers' Perceived Stress towards Transformational Teaching. *International Journal of Instruction*, 15(4), 971–986. <https://doi.org/10.29333/iji.2022.15452a>
- Sule, E. T., & Saefullah, K. (2013). *Pengantar Manajemen*. Kencana Prenadamedia Grup.
- Supena, S. H. (2022). *Layanan Publik dan Good Governance : Research Gap Analysis-Bibliometric Vosviewer*. *Arajang: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 5(1), 1–18. <https://doi.org/10.31605/arajang.v5i1>
- Syafira, I. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kebahagiaan Pada Guru Tk/Ra Di Kota Pekanbaru. *SKRIPSI.qc5qvw47fr43wxz n*
- Syamsuar, G. (2017). *Statistika Inferensial*.
- Usman, H., & Akbar, P. S. (2017). *Metodologi Penelitian Sosial* (R. Damayanti, Ed.; 3rd ed.). PT Bumi Aksara.
- White, Suzanne M., Anne Riley, and Peter Flom. (2013). Assessment of Time Management Skills (ATMS): A Practice-Based Outcome Questionnaire. *ResearchGate*, 28(3), 215–231. <https://doi.org/10.1080/0164212X.2013.819481>
- Widiawati, N. (2020). *Metodologi Penelitian: Komunikasi dan Pengajaran Islam* (E. Fanhas, Ed.). Edu Publisher.