

Dr. Andi Hermawan, M.Pd.



Anxiety

Guru di Era VUCA

Psikologi, Manajemen, dan Well-being Pendidikan

Anxiety

Guru di Era VUCA

Psikologi, Manajemen, dan Well-being Pendidikan

**Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014
Tentang Hak Cipta**

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Anxiety Guru di Era VUCA

Psikologi, Manajemen, dan Well-being Pendidikan

Dr. Andi Hermawan, M.Pd.



ANXIETY GURU DI ERA VUCA
Psikologi, Manajemen, dan Well-being Pendidikan

Ditulis oleh:
Dr. Andi Hermawan, M.Pd.

Diterbitkan, dicetak, dan didistribusikan oleh
PT Insight Pustaka Nusa Utama
Jl. Pare, Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro
Telp: 085150867290 | 087847074694
Email: insightpustaka@gmail.com
Web: www.insightpustaka.com
Anggota IKAPI No. 019/LPU/2025



Hak Cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak baik sebagian ataupun keseluruhan isi buku dengan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Cetakan I, September 2025

Perancang sampul: Rian Saputra
Penata letak: Rian Saputra

ISBN: 978-634-96381-3-5

xii + 202 hlm. ; 15,5x23 cm.

©September 2025



KATA PENGANTAR

“Pak, kurikulumnya berubah lagi ya? Kita harus mulai dari nol lagi?” begitu suara seorang guru senior yang lirih kudengar ketika pemerintah mengumumkan penerapan Kurikulum Merdeka. Wajahnya tampak letih, bukan hanya karena usia, tetapi juga karena perasaan **cemas dan bingung**. Di tangannya ada tumpukan RPP lama yang tiba-tiba dianggap usang, di kepalanya berkecamuk pertanyaan: *Apakah saya masih bisa mengajar dengan cara saya? Apakah murid-murid akan tetap mempercayai saya?*

Kisah di atas bukanlah cerita tunggal. Ia adalah potret ribuan guru di Indonesia yang setiap hari harus berjibaku dengan ketidakpastian: kurikulum yang berganti, teknologi yang semakin cepat, birokrasi yang kaku, bahkan status kepegawaian yang tak jelas. Di tengah pusaran VUCA (Volatility, Uncertainty, Complexity, Ambiguity), guru sering kali harus menelan rasa cemas, takut gagal, dan khawatir tertinggal.

Buku ini lahir dari keprihatinan itu. Saya percaya bahwa guru pun manusia: ia bisa gelisah, ia bisa goyah, bahkan bisa merasa tidak mampu. Namun saya juga percaya bahwa kecemasan bukan akhir dari segalanya. Justru, dengan memahami psikologi anxiety, dengan strategi manajemen yang tepat, serta dengan dukungan kebijakan yang berpihak, guru bisa menjadikan kecemasan sebagai bahan bakar untuk resilience dan well-being.

Buku **“Anxiety Guru di Era VUCA: Psikologi, Manajemen, dan Well-being Pendidikan”** ini disusun dengan tujuan sederhana namun bermakna: **menemani guru memahami diri, menerima kecemasan, dan mengubahnya menjadi kekuatan.** Di dalamnya, pembaca akan menemukan konsep-konsep psikologi yang mudah dicerna, refleksi kontekstual tentang pendidikan Indonesia, hingga strategi praktis berupa modul, studi kasus, dan inspirasi nyata dari guru-guru yang bertahan dalam badai perubahan.

Saya menulis buku ini bukan hanya sebagai seorang peneliti, tetapi juga sebagai seorang sahabat guru. Dalam setiap halaman, ada doa dan harapan agar guru Indonesia tidak merasa sendirian, bahwa suara hati mereka dide-ngar, dan bahwa ada jalan menuju teacher well-being meskipun dunia di sekitar terus berubah.

Semoga buku ini bisa menjadi pelipur, penyemangat, dan peta perja-lanan. Pelipur bagi hati yang lelah, penyemangat untuk terus melangkah, dan peta untuk menemukan arah dalam menghadapi dunia pendidikan yang penuh tantangan.

Untuk semua guru yang pernah merasa cemas, buku ini saya persem-bahkan. Karena dari kecemasan, kita belajar tentang keberanian; dari keraguan, kita menemukan kebijaksanaan.

Selamat membaca, dan semoga setiap halaman memberi cahaya bagi perjalanan Anda.



PROLOG

Pagi itu di ruang guru, terdengar gumaman lirih seorang guru senior: *“Kurikulumnya berubah lagi? Kita harus mulai dari nol lagi?”* Tangannya gemetar memegang setumpuk RPP yang disusunnya dengan penuh ketekunan bertahun-tahun. Di sudut ruangan lain, seorang guru muda tampak cemas membuka laptop, mencoba mempelajari aplikasi pembelajaran daring yang baginya terasa asing. Di luar sana, dunia bergerak dengan cepat, kebijakan pendidikan berubah seakan tanpa jeda, teknologi digital merambah hingga ke kelas-kelas terpencil.

Kisah-kisah seperti ini bukanlah cerita tunggal, melainkan fenomena kolektif yang dialami ribuan guru di Indonesia, bahkan jutaan guru di seluruh dunia. Kita memasuki sebuah era yang disebut VUCA—Volatility, Uncertainty, Complexity, Ambiguity. Sebuah era yang ditandai dengan perubahan cepat dan tak menentu, ketidakpastian masa depan, kompleksitas masalah yang saling berkaitan, dan ambiguitas yang membuat batas-batas kebenaran menjadi kabur. Dunia pendidikan, yang sejatinya diharapkan menjadi pilar stabilitas, justru kini ikut bergetar di tengah pusaran VUCA.

Latar Belakang: Guru di Pusaran VUCA

Guru adalah ujung tombak pendidikan. Namun, dalam era VUCA, mereka menghadapi tekanan yang jauh lebih berat dibanding generasi sebelumnya.

Volatility memaksa guru untuk terus beradaptasi dengan perubahan kurikulum yang kerap datang mendadak. Uncertainty membuat guru gamang terhadap status profesinya, masa depan pekerjaannya, bahkan relevansinya di tengah kehadiran teknologi seperti kecerdasan buatan. Complexity hadir dalam bentuk beban kerja yang semakin berlapis: mengajar, mendidik karakter, menyusun administrasi, melakukan penelitian, hingga mengelola hubungan dengan orang tua siswa. Sementara Ambiguity menciptakan kebingungan karena kebijakan yang sering tidak konsisten, standar kompetensi yang terus berubah, dan ekspektasi masyarakat yang kadang tidak realistis.

Di balik semua itu, guru tetap dituntut untuk tersenyum di kelas, menyalakan semangat siswa, dan menjadi teladan moral. Namun siapa yang menyalakan semangat mereka ketika rasa cemas menghantui?

Urgensi Membahas Anxiety Guru

Anxiety (kecemasan) adalah fenomena psikologis yang semakin nyata di kalangan guru. Tidak sedikit guru yang merasa tertekan oleh tuntutan perubahan, khawatir gagal menguasai teknologi, takut tertinggal oleh murid-murid yang lebih digital savvy, atau was-was menghadapi evaluasi eksternal. Kecemasan ini, bila dibiarkan, dapat menjelma menjadi burnout, hilangnya motivasi, dan bahkan krisis identitas profesional.

Ironisnya, isu ini jarang dibicarakan secara serius dalam percakapan pendidikan kita. Kita banyak membicarakan kurikulum, metode, teknologi, dan kebijakan, tetapi jarang membicarakan kondisi psikologis guru yang menjadi motor dari semua itu. Padahal, guru yang cemas dan tidak sejahtera sulit diharapkan dapat mencetak siswa yang resilien dan kreatif.

Membahas anxiety guru bukan sekadar isu kesehatan mental, tetapi isu strategis pendidikan nasional. Kualitas pendidikan tidak hanya ditentukan oleh infrastruktur dan kurikulum, melainkan juga oleh kesehatan psikologis dan kesejahteraan guru.

Kontribusi Buku Ini

Buku ini hadir sebagai jawaban atas kegelisahan tersebut. Ia berusaha mengisi ruang kosong dalam wacana pendidikan dengan mengangkat anxiety

guru sebagai tema utama, dikaji dari tiga perspektif sekaligus: psikologi, manajemen pendidikan, dan well-being.

1. Dari sisi psikologi, buku ini mengupas konsep anxiety secara teoritis, gejalanya pada guru, serta strategi penanganannya melalui pendekatan seperti Cognitive Behavioral Therapy (CBT), regulasi emosi, dan resilience building.
2. Dari sisi manajemen pendidikan, buku ini menyoroti peran kepemimpinan sekolah, supervisi akademik, dan budaya sekolah yang sehat sebagai kunci mengurangi kecemasan guru.
3. Dari sisi well-being, buku ini menekankan pentingnya membangun kesejahteraan guru sebagai fondasi mutu pendidikan, sekaligus meninjau praktik baik dari negara lain.

Buku ini tidak berhenti pada analisis, melainkan juga menawarkan modul praktis, instrumen pengukuran, dan panduan reflektif yang bisa langsung digunakan guru. Dengan begitu, buku ini diharapkan menjadi jembatan antara teori dan praktik, antara ruang akademik dan ruang kelas.

Peta Isi Buku

Buku ini terbagi dalam empat bagian besar. Bagian I menyajikan fondasi konseptual, mencakup pemahaman tentang VUCA, teori-teori psikologi anxiety, serta konsep teacher well-being. Bagian II mengulas bagaimana anxiety guru muncul secara spesifik dalam konteks VUCA, mulai dari perubahan kurikulum, ketidakpastian profesi, hingga ambiguitas regulasi. Bagian III menawarkan strategi komprehensif untuk mengatasi anxiety guru melalui pendekatan psikologis, manajerial, dan kebijakan pendidikan. Bagian IV menampilkan studi empiris, kisah inspiratif, serta modul praktis sebagai panduan nyata bagi guru. Buku ini ditutup dengan epilog reflektif, yang mengajak pembaca melihat anxiety bukan sebagai kelemahan, tetapi sebagai jalan menuju resilience dan kebijaksanaan.

Prolog ini adalah undangan bagi kita semua—guru, kepala sekolah, pengambil kebijakan, mahasiswa, peneliti, maupun masyarakat luas—untuk menyelami fenomena yang kerap tersembunyi namun menentukan: kecemasan guru di era VUCA. Dengan memahami, mengelola, dan merawat

well-being guru, kita sesungguhnya sedang menjaga masa depan pendidikan bangsa.

Karena pada akhirnya, pendidikan yang kuat lahir dari guru yang kuat; dan guru yang kuat adalah guru yang sejahtera, meski dunia di sekitarnya penuh ketidakpastian.



DAFTAR ISI

Kata Pengantar	v
Prolog	vii
Daftar Isi	ix

BAGIAN I

FONDASI KONSEPTUAL	1
A. Era VUCA dan Implikasinya pada Pendidikan	2
B. Konsep Anxiety dalam Psikologi Pendidikan	21
C. Konsep Well-being dalam Pendidikan	43

BAGIAN II

ANXIETY GURU DALAM KONTEKS VUCA	59
A. Volatility: Ketidakstabilan Kurikulum dan Kebijakan	60
B. Uncertainty: Ketidakpastian Profesi dan Teknologi	68
C. Complexity: Beban Kerja dan Peran Ganda Guru	80
D. Ambiguity: Ketidakjelasan Arah dan Identitas Guru	91



BAGIAN I

FONDASI KONSEPTUAL



A. Era VUCA dan Implikasinya pada Pendidikan

Setiap zaman memiliki tantangannya sendiri. Pada abad ke-21, dunia pendidikan menghadapi realitas baru yang kerap disebut dengan istilah VUCA—singkatan dari *Volatility*, *Uncertainty*, *Complexity*, dan *Ambiguity*. Istilah ini mula-mula digunakan untuk menggambarkan situasi militer yang penuh perubahan cepat, ketidakpastian, kerumitan, dan ketidakjelasan. Namun seiring waktu, VUCA menjadi konsep yang relevan untuk menjelaskan dinamika dunia bisnis, organisasi, bahkan pendidikan.

Di ruang kelas, VUCA bukanlah sekadar istilah abstrak, melainkan realitas yang sehari-hari dihadapi oleh guru. Perubahan kurikulum yang mendadak, sistem penilaian yang sering direvisi, serta tekanan birokrasi menciptakan *volatility* yang membuat guru sulit merasa stabil. Ketidakjelasan status kepegawaian, tuntutan sertifikasi, hingga kehadiran teknologi baru menghadirkan *uncertainty* yang mengikis rasa aman profesi guru. Kompleksitas administrasi, peran ganda yang harus dijalani, serta interaksi dengan berbagai pemangku kepentingan melahirkan *complexity* yang tak jarang menguras energi. Sementara kebijakan yang sering tumpang tindih dan ekspektasi masyarakat yang tidak konsisten memunculkan *ambiguity* yang membingungkan.

Semua unsur VUCA ini berkelindan dan menekan guru dalam menjalankan tugasnya. Di satu sisi, guru dituntut untuk selalu profesional, inovatif, dan menjadi teladan moral. Namun di sisi lain, mereka kerap merasa gamang, terbebani, bahkan kehilangan arah. Situasi ini menjadikan guru sebagai salah satu profesi yang paling rentan mengalami kecemasan (*anxiety*) di era modern.

Bab pertama ini hadir untuk mengupas akar dari fenomena tersebut. Pembahasan dimulai dengan penelusuran sejarah dan definisi VUCA (1.1), agar pembaca memahami konteks lahirnya istilah ini. Selanjutnya dijelaskan secara rinci empat unsur VUCA (1.2), yang akan menjadi lensa analisis bagi bab-bab selanjutnya. Bagian berikutnya menelaah dampak VUCA pada dunia pendidikan global (1.3), karena fenomena ini bukan hanya terjadi di Indonesia, melainkan menjadi tantangan universal. Terakhir, bab ini mengajak pembaca menelaah bagaimana pendidikan Indonesia berada



BAGIAN II

ANXIETY GURU DALAM KONTEKS VUCA



A. Volatility: Ketidakstabilan Kurikulum dan Kebijakan

Salah satu wajah paling jelas dari era VUCA dalam pendidikan adalah volatility—ketidakstabilan yang membuat arah pendidikan seakan selalu bergerak, berubah cepat, dan sulit diprediksi. Bagi guru, volatilitas ini paling terasa dalam dua aspek utama: kurikulum yang sering berganti dan kebijakan pendidikan yang berubah-ubah.

Sejarah pendidikan Indonesia menunjukkan bahwa hampir setiap dekade, bahkan dalam beberapa tahun terakhir, guru dihadapkan pada revisi kurikulum. Kurikulum Berbasis Kompetensi (2004), KTSP (2006), Kurikulum 2013, hingga Kurikulum Merdeka adalah bukti nyata bahwa arah pendidikan di Indonesia tidak pernah stabil dalam jangka panjang. Setiap perubahan kurikulum membawa semangat baru—kompetensi, karakter, merdeka belajar—tetapi di sisi lain juga menghadirkan kecemasan: apakah guru siap? apakah perangkat pembelajaran tersedia? apakah siswa akan benar-benar merasakan manfaatnya?

Kebijakan pendidikan pun bergerak laksana gelombang. Sistem ujian nasional yang selama puluhan tahun menjadi penentu kelulusan diganti dengan Asesmen Kompetensi Minimum (AKM). Mekanisme akreditasi sekolah, evaluasi kinerja, hingga laporan rapor pendidikan mengalami transformasi cepat. Semua perubahan ini di satu sisi ditujukan untuk meningkatkan mutu pendidikan, tetapi di sisi lain sering kali menimbulkan ketidakpastian dan beban adaptasi yang berat bagi guru.

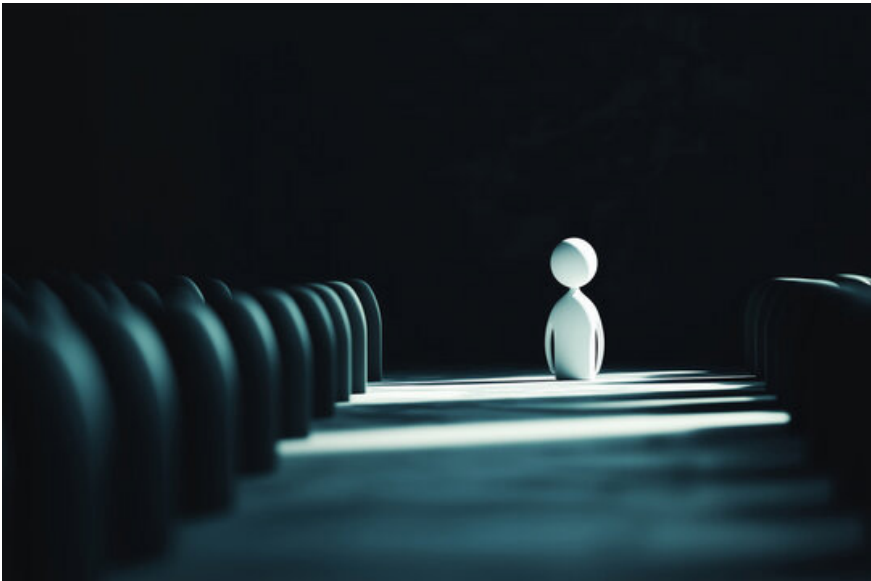
Volatility dalam pendidikan tidak hanya menyangkut isi kurikulum atau prosedur administrasi, melainkan juga ritme perubahan yang cepat dan kadang tanpa transisi memadai. Guru dipaksa untuk menyesuaikan diri dalam waktu singkat, sering kali tanpa pelatihan atau pendampingan memadai. Situasi ini menimbulkan *shock adaptation*—kondisi di mana guru harus belajar cepat di tengah tekanan tinggi.

Bagi sebagian guru, perubahan bisa dimaknai sebagai peluang untuk tumbuh dan berinovasi. Namun, bagi banyak guru lainnya, perubahan yang terlalu cepat justru menimbulkan anxiety: khawatir tidak mampu mengikuti tuntutan baru, takut dinilai tidak kompeten, atau cemas kehilangan legitimasi profesional. Volatility dalam kebijakan pendidikan dengan demikian



BAGIAN III

PSIKOLOGI DAN MANAJEMEN ANXIETY GURU





BAGIAN IV

STUDI EMPIRIS DAN
PRAKTIK BAIK



A. Riset dan Data Terkini tentang Anxiety Guru

Sejauh ini, pada Bagian I hingga III kita telah membangun fondasi konseptual, psikologis, dan kebijakan mengenai anxiety guru di era VUCA. Kita memahami bagaimana perubahan global menciptakan tekanan, bagaimana strategi psikologis dapat membantu guru mengelola kecemasan, dan bagaimana manajemen serta kebijakan pendidikan dapat memperkuat atau justru melemahkan well-being guru. Namun, agar diskusi ini benar-benar kokoh, kita memerlukan bukti empiris: data, riset, dan publikasi terkini yang menggambarkan wajah nyata fenomena ini di tingkat global maupun nasional.

Bab 11 hadir untuk menjawab kebutuhan tersebut. Dalam dunia akademik, teori dan kebijakan akan kehilangan daya jika tidak ditopang data. Data memberi legitimasi, memperlihatkan skala masalah, sekaligus menyingkap tren dan pola yang tidak selalu tampak di permukaan. Dengan data, kita bisa melihat apakah anxiety guru hanyalah cerita anekdot atau justru fenomena sistemik yang membutuhkan respons serius.

Ada tiga dimensi yang akan kita jelajahi. Pertama, data global dari lembaga-lembaga internasional seperti OECD, UNESCO, dan ILO. Laporan-laporan ini menunjukkan bagaimana anxiety guru bukan hanya masalah Indonesia, tetapi juga isu pendidikan dunia. Kedua, data nasional yang secara lebih spesifik menggambarkan kondisi guru Indonesia, terutama terkait burnout, stres kerja, dan kecemasan menghadapi tuntutan profesi. Ketiga, tren penelitian 2020–2025, khususnya publikasi dalam jurnal bereputasi (Scopus), yang menyingkap arah baru kajian akademis tentang anxiety guru di era digital dan VUCA.

Pengantar ini juga penting untuk menekankan bahwa data bukan sekadar angka, tetapi representasi realitas. Angka-angka yang menunjukkan persentase guru cemas, tingkat burnout, atau hasil survei internasional sesungguhnya menyimpan cerita tentang manusia nyata: seorang guru di kota besar yang kewalahan dengan teknologi, seorang guru honorer yang cemas karena status kepegawaian, atau seorang guru di daerah terpencil yang berjuang menghadapi isolasi.

Dengan demikian, Bab 11 akan menjadi jembatan antara teori dan kenyataan. Dari sini, kita bisa melihat bahwa semua pembahasan sebelumnya bukanlah abstraksi, melainkan benar-benar terjadi di lapangan.



DAFTAR PUSTAKA

- Collins, R. J. (2022). *Teacher and school stress profiles: A multilevel approach*. *Teaching and Teacher Education*.
- Gibson, S. (2021). *Stress, burnout, anxiety and depression: How they impact teachers and learner outcomes*. Education Support.
- Nwoko, J. C., et al. (2023). A systematic review of the factors that influence teacher burnout, anxiety, and resilience: Multi-dimension perspectives. *Plos One*.
- OECD. (2020). *TALIS 2018 Results (Volume II): Teachers and School Leaders as Valued Professionals*. OECD Publishing.
- OECD. (2025). *Teacher work demands and well-being: Education 2040 insights*. OECD Education Working Paper.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Seligman, M. E. P. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–340.
- Seligman, M. E. P., Clifton, D., & Rath, T. (2005). *Every Moment Matters: How Full Is Your Bucket?.* Gallup Press.
- Verywell Mind Editorial Team. (2011, February 22). *Can positive psychology make you happier? Verywell Mind*.

- Hassain, K. I. et al. (2025). Teacher well-being and burnout in English Language Teaching: Stress under limited institutional support. *International Journal of Educational Research*, pub ahead of print.
- Pressley, T., & Ha, C. (2021). Teacher stress and anxiety during COVID19: An empirical study. *Educational Psychology*, 41(3), 335–348.
- Robinson, L. E. (2023). Teachers, stress, and the COVID19 pandemic: Burnout and anxiety across teaching demands and communication issues. *School Mental Health*, 15(2), 473–486. eu-jer.com
- Wakui, N. et al. (2021). Causes of anxiety among teachers giving face-to-face lessons during the COVID-19 pandemic. *BMC Public Health*, 21, Article 11130.
- Utami, A. A. I., Sidaryanti, N. A., & Wirahyuni, K. (2024). Burnout among EFL teachers in Indonesia: Levels and factors. *The Art of Teaching English as a Foreign Language (TATEFL)*, 5(1), 67–76. <https://doi.org/10.36663/tatefl.v5i1.691>
- Werang, B. R. et al. (2025). Emotional exhaustion and its impact on teachers' job satisfaction and organizational commitment in Indonesian elementary schools. *European Journal of Science, Innovation and Technology*, 5(2), 202–218.
- Saroinsong, W. P., Boonroungrut, C., & Purwoko, B. (2024). Special education teachers' perceived work stress, burnout symptoms, and transformational teaching in inclusive schools: A crosscountry study between Indonesia and Thailand. *European Journal of Educational Research*, 13(3), 1215–1226. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.13.3.1215> eu-jer.com
- Hutchison, S. M. (2022). School staff and teachers' mental health symptoms during the second year of the COVID19 pandemic. *Journal of Educational Research*, forthcoming.



BIOGRAFI PENULIS



Dr. Andi Hermawan, M.Pd.

.....

Lahir di Malang, Jawa Timur pada tanggal 29 April 1977. Beliau adalah anak pertama dari tiga bersaudara dalam keluarga yang menjunjung tinggi nilai pendidikan dan tanggung jawab. Sejak kecil, dikenal sebagai pribadi yang tekun, disiplin, dan memiliki minat yang tinggi terhadap ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang akuntansi dan matematika.

Menamatkan pendidikan dasar dan menengah di kota kelahirannya, dan melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 1 Dampit, Kabupaten

Malang, yang diselesaikannya pada tahun 1995. Minat yang kuat dalam bidang ekonomi dan akuntansi membawanya untuk melanjutkan studi pada Program Sarjana Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Gajayana Malang, dan berhasil meraih gelar Sarjana Ekonomi (**S.E., Ak.**) pada tahun 1999. Pada tahun 2014, ia berhasil menyelesaikan Program Sarjana Matematika di Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Timbul Nusantara – IBEK Jakarta, dan memperoleh gelar Sarjana Sains (**S.Si.**).

Kecintaannya terhadap dunia pendidikan mengantarkannya untuk mengambil jalur kepemimpinan dan manajemen pendidikan. Ia menyelesaikan Program Magister Administrasi Pendidikan di Sekolah Pascasarjana Universitas Pakuan Bogor pada tahun 2019 dan meraih gelar Magister Pendidikan (**M.Pd**). Konsistensinya dalam mengembangkan kapasitas akademik dan profesional dibuktikan dengan pencapaian tertinggi berupa gelar Doktor (**Dr.**) dalam bidang Manajemen Pendidikan dari institusi yang sama pada tahun 2022.

Dalam karier profesional telah mengabdikan sebagai Guru pada SMK PGRI 2 Cibinong, Kabupaten Bogor sejak tahun 1999 dan dipercaya menjabat sebagai Wakil Kepala Sekolah. Selain itu juga aktif di dunia akademik sebagai Dosen NIDK pada Program Doktor (S3) Sekolah Pascasarjana Universitas Pakuan Bogor, almamater berbagi pengalaman dan keilmuan kepada para mahasiswa pascasarjana.

Dalam kehidupan pribadi, menikah dengan **Amalia Feryanti Salasa** dan dikaruniai seorang putri yang bernama **Azizah Luckyana Mawadda**. Keluarga kecil ini menjadi sumber inspirasi dan dukungan utama dalam perjalanan hidup dan kariernya. Selain aktif mengajar, juga dikenal sebagai penulis buku, peneliti, dan pembicara dalam berbagai forum ilmiah, baik nasional maupun internasional. Fokus keilmuannya meliputi manajemen pendidikan, kepemimpinan pendidikan, pendidikan vokasi, dan literasi digital guru. Publikasinya telah banyak tersebar di jurnal nasional terakreditasi dan jurnal internasional bereputasi (terindeks Scopus), dengan lebih dari 1.346 sitasi Google Scholar dan h-index 18 per 14 September 2025.

Komitmentnya untuk terus berkontribusi dalam pengembangan pendidikan Indonesia, terutama dalam memperkuat mutu SMK dan mendorong kepemimpinan digital di sekolah, menjadi semangat utama dalam perjalanan akademik dan pengabdianya hingga kini.



Anxiety

Guru di Era VUCA

Psikologi, Manajemen, dan Well-being Pendidikan


Buku Anxiety Guru di Era VUCA: Psikologi, Manajemen, dan Well-being Pendidikan hadir sebagai refleksi sekaligus panduan akademik dalam memahami tantangan yang dihadapi para pendidik di tengah dunia yang penuh ketidakpastian. Era VUCA (Volatility, Uncertainty, Complexity, Ambiguity) menuntut guru tidak hanya sebagai pengajar, tetapi juga sebagai manajer diri, pengelola kelas, sekaligus penjaga kesehatan mental.


Melalui perspektif psikologi pendidikan, buku ini mengupas bagaimana kecemasan (anxiety) memengaruhi kinerja, kepemimpinan, dan interaksi guru dengan siswa. Dari sudut manajemen, dipaparkan strategi menghadapi perubahan yang cepat, mengelola tekanan, serta membangun daya lenting (resilience) dalam praktik pendidikan. Sementara dari aspek well-being, buku ini menekankan pentingnya keseimbangan emosional, dukungan sosial, dan kesehatan mental sebagai fondasi keberlanjutan profesi guru.



INSIGHT
PUSTAKA

Anggota IKAPI No. 019/LPU/2025

 www.insightpustaka.com

 0851-5086-7290

Pendidikan

+17

ISBN 978-634-96381-3-5



9 786349 638135