

EFEKTIVITAS PELATIHAN KESEHATAN MENTAL UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU DI SMP INKLUSI

Ulifa Rahma 1*, Yuliezar Perwira Dara 2*, Naila Kamaliya 3**

*Departemen Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Brawijaya

Alamat Korespondensi:

ulifa.rahma@ub.ac.id

ABSTRACT

Inclusive education in Indonesia requires teachers to be prepared not only in pedagogical aspects but also in mental and psychological readiness to manage student diversity. However, many teachers still face challenges in terms of limited knowledge, skills, and psychological well-being in inclusive teaching practices. This community service program aimed to strengthen teachers' mental readiness and psychological approaches through psychoeducational interventions. The program was conducted at SMP Negeri 10 Malang, involving 37 teachers, shadow teachers, and inclusive education teachers. The implementation method consisted of four psychoeducational sessions, including interactive lectures, case discussions, role play, and pretest–post-test-based evaluation. The analysis results showed a significant improvement in psychological well-being (M pretest = 81.9; M post-test = 90.3; $p = 0.001$). These findings indicate that the training successfully enhanced teachers' mental readiness in facing the demands of inclusive education. Thus, psychoeducation is proven effective as a strategy to strengthen teachers' capacity while providing practical implications for the development of sustainable training models based on psychological approaches.

Keywords: *inclusive education, teachers' mental readiness, psychoeducation, psychological well-being, student diversity*

1. Pendahuluan

Pendidikan inklusif di Indonesia telah menjadi salah satu fokus utama dalam upaya mewujudkan akses pendidikan yang setara bagi seluruh peserta didik, termasuk mereka yang memiliki kebutuhan khusus. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa setiap peserta didik berhak memperoleh layanan pendidikan sesuai dengan kebutuhan dan kemampuannya. Namun, implementasi pendidikan inklusif di lapangan masih menghadapi tantangan yang kompleks, terutama terkait dengan kesiapan mental guru dan pendekatan psikologis yang digunakan dalam mengelola keberagaman siswa di kelas.

Guru memiliki peran sentral dalam keberhasilan penyelenggaraan pendidikan inklusif. Sikap, pemahaman, dan kesiapan mental guru sangat menentukan efektivitas pembelajaran inklusif. Penelitian menunjukkan bahwa guru yang memiliki kesiapan mental yang baik dan memperoleh pelatihan terkait pendidikan inklusif cenderung lebih mampu menciptakan suasana kelas yang suportif dan menghargai keberagaman (Yada & Savolainen, 2017). Sebaliknya, kurangnya pemahaman mengenai strategi

psikologis dan terbatasnya keterampilan dalam menghadapi perbedaan individu dapat menjadi hambatan serius dalam implementasi pendidikan inklusif (Firli, Widyastono, & Sunardi, 2020).

Keberagaman siswa dalam konteks pendidikan inklusif tidak hanya mencakup kebutuhan khusus, melainkan juga latar belakang budaya, sosial, ekonomi, serta variasi kemampuan belajar. Oleh karena itu, kesiapan mental dan ketangguhan guru sangat krusial untuk membangun lingkungan belajar yang harmonis. Guru dengan kesejahteraan psikologis yang baik cenderung lebih mampu mengelola dinamika kelas, memberikan dukungan emosional, dan menjalin relasi positif dengan siswa (Spilt, Koomen, & Thijs, 2011). Pendekatan psikologis yang tepat dapat membantu guru mengembangkan empati, komunikasi efektif, serta keterampilan manajemen kelas yang responsif terhadap kebutuhan siswa (Forlin, 2010). Meski demikian, kenyataannya masih banyak guru yang belum mendapatkan pelatihan memadai terkait strategi psikologis dalam pengelolaan keberagaman. Faktor-faktor seperti beban kerja yang tinggi, keterbatasan dukungan institusional, serta minimnya program penguatan kapasitas guru menjadi tantangan yang perlu segera diatasi (Sharma et al., 2018). Padahal, penelitian terkini menegaskan bahwa program penguatan kapasitas guru berbasis *psychological approach* dapat meningkatkan baik pengetahuan maupun kesejahteraan psikologis guru sehingga mereka lebih siap menghadapi tuntutan pendidikan inklusif (Collie, 2021; Yin, Loreman, & Majid, 2019). Lebih lanjut, kesiapan guru inklusif tidak hanya mencakup pengetahuan dan keterampilan teknis, tetapi juga dimensi moral dan afektif yang berhubungan dengan komitmen terhadap nilai inklusi. Rosenberg et al. (2024) menekankan bahwa kesiapan guru inklusif harus dipandang secara multidimensi, mencakup aspek kognitif, praktikal, dan moral. Sementara itu, resiliensi dan kecerdasan emosional guru berperan penting sebagai faktor pelindung terhadap kelelahan emosional sekaligus meningkatkan keterlibatan dalam praktik inklusi (Salinas-Falquez et al., 2022). Model *Job Demands-Resources (JD-R)* juga menunjukkan bahwa keseimbangan antara tuntutan kerja dan sumber daya psikologis merupakan fondasi utama dalam membangun ketangguhan guru (Search16, 2024).

Inovasi dalam pelatihan guru seperti integrasi *high-leverage practices* dengan simulasi realitas campuran terbukti efektif meningkatkan kesiapan guru dalam menghadapi setting inklusif (Driver et al., 2024). Bahkan, intervensi berbasis psikologis seperti *mindfulness* dan pelatihan keterampilan emosional terbukti dapat meningkatkan kesejahteraan dan ketangguhan guru dalam jangka panjang (Search17, 2025). Urgensi pengabdian masyarakat ini terletak pada meningkatnya jumlah sekolah inklusif yang belum sepenuhnya diimbangi dengan kesiapan guru. Tanpa dukungan berupa pelatihan yang berfokus pada aspek psikologis, guru berisiko mengalami stres kerja yang berdampak pada efektivitas pengajaran serta kualitas interaksi dengan siswa (Skaalvik & Skaalvik, 2020). Oleh karena itu, intervensi dalam bentuk psikoedukasi sangat diperlukan untuk memperkuat kesiapan mental, meningkatkan ketangguhan, serta membekali guru dengan strategi psikologis yang relevan dalam mengelola keberagaman kelas.

Program pengabdian masyarakat ini dirancang untuk memberikan psikoedukasi kepada guru tentang strategi membangun kesiapan mental dan pendekatan psikologis dalam menghadapi keberagaman siswa. Intervensi ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman guru mengenai prinsip psikologi pendidikan, keterampilan manajemen kelas berbasis inklusi, serta kemampuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Dengan demikian, kegiatan ini menjadi salah satu upaya nyata untuk melahirkan guru yang Tangguh dan resilien.

2. Metode Pelaksanaan

a. Lokasi Kegiatan

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah SMP Negeri 10 Malang, yang beralamat di Jl. Mayjen Sungkono No. 57, Kelurahan Buring, Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang, Jawa Timur 65136 yang merupakan sekolah inklusif di kota Malang.

b. Target Sasaran

Target sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah seluruh guru, shadow teacher, dan guru inklusi di SMP 10 Inklusi Malang. Jumlah peserta sekitar 37 guru.

c. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Metode yang akan dilaksanakan adalah berupa psikoedukasi yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sikap guru. Kegiatan ini dilaksanakan dalam empat sesi, masing-masing berdurasi 30 menit.

- 1) Sesi pertama: Pemberian materi melalui ceramah tentang kesiapan mental guru, strategi psikologis dalam menghadapi keberagaman, serta cara membangun lingkungan belajar yang inklusif.
- 2) Sesi kedua: Studi kasus dan diskusi interaktif yang mendorong guru untuk berbagi pengalaman serta memahami tantangan dalam mendidik siswa dengan keberagaman kebutuhan.
- 3) Sesi ketiga: Pelatihan keterampilan praktis dengan simulasi dan role play untuk meningkatkan kesiapan mental dan keterampilan komunikasi guru.

- 4) Sesi keempat: Evaluasi dan pemantauan, termasuk pre-test dan post-test untuk mengukur pemahaman serta perubahan sikap peserta setelah intervensi.

Untuk mengukur efek program ini, digunakan metode observasi dan tes pre-post. Analisis statistik dilakukan menggunakan Uji-t berpasangan untuk membandingkan data sebelum dan sesudah intervensi. Kegiatan ini akan dibantu oleh lima asisten mahasiswa aktif dari Jurusan Psikologi, FISIP Universitas Brawijaya.

3. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pelatihan “*Menjadi Guru Tangguh: Kesiapan Mental dan Pendekatan Psikologis dalam Merajut Keberagaman sebagai Pilar Pendidikan Inklusif*” dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan guru mengenai strategi menghadapi keberagaman siswa di kelas. Peserta kegiatan terdiri atas guru sekolah dasar yang memiliki latar belakang berbeda, baik dari sekolah reguler maupun sekolah inklusi.

Pelatihan “*Menjadi Guru Tangguh: Kesiapan Mental dan Pendekatan Psikologis dalam Merajut Keberagaman sebagai Pilar Pendidikan Inklusif*” dilaksanakan pada **Jumat, 16 Mei 2025, pukul 13.00–15.00 WIB** di SMP Negeri 10 Malang. Kegiatan berlangsung selama dua jam dengan berbagai tahapan yang dirancang untuk mengukur pengetahuan peserta, memberikan materi, serta menciptakan suasana pembelajaran yang interaktif.



Kegiatan diawali dengan pengisian **pretest** sebagai pengukuran awal, kemudian dilanjutkan dengan sesi pembukaan oleh Kepala Sekolah dan perkenalan tim pengabdian. Untuk mencairkan suasana, dilakukan **ice breaking** berupa permainan sederhana. Selanjutnya, peserta mendapatkan **materi utama** mengenai kesiapan mental guru dan pendekatan psikologis dalam pendidikan inklusif, yang disampaikan dalam bentuk presentasi interaktif.



Peserta kemudian dibagi dalam kelompok kecil untuk melakukan **diskusi kasus**, di mana mereka menganalisis skenario nyata yang berkaitan dengan keberagaman di kelas. Setelah itu, dilakukan sesi **tanya jawab** yang memungkinkan peserta memberikan umpan balik dan mengaitkan materi dengan pengalaman pribadi mereka di sekolah.



Pada tahap akhir, peserta mengisi **posttest** untuk mengukur peningkatan pemahaman, kemudian kegiatan ditutup dengan evaluasi singkat dan penyerahan sertifikat kepada peserta.

Tabel 1. Rundown Kegiatan Pelatihan

| No Kegiatan | Durasi | Keterangan | Pelaksana | Alat |
|-----------------|----------|---|---------------------|------------------------|
| 1 Pre-test | 5 menit | Guru mengisi lembar pre-test sebelum kegiatan dimulai | Tim asisten | Lembar kerja pre-test |
| 2 Pembukaan | 5 menit | Sambutan oleh Kepala Sekolah | MC, Kepala Sekolah | Sound system |
| 3 Perkenalan | 5 menit | Perkenalan tim pengabdian | Ketua tim & anggota | Sticky note, spidol |
| 4 Ice breaking | 3 menit | Games sederhana untuk mencairkan suasana | Tim asisten | Alat permainan |
| 5 Materi | 45 menit | Presentasi kesiapan mental & psikologi inklusif | Tim dosen | PPT, LCD |
| 6 Diskusi kasus | 40 menit | Diskusi kelompok & analisis kasus nyata | Tim dosen | Kertas manila, spidol |
| 7 Tanya jawab | 15 menit | Interaksi, umpan balik, dan klarifikasi materi | Tim dosen, MC | Alat perekam |
| 8 Post-test | 10 menit | Pengukuran akhir pemahaman peserta | Tim asisten | Lembar kerja post-test |
| 9 Penutup | 5 menit | Evaluasi kegiatan & penyerahan sertifikat | Tim dosen & asisten | Sertifikat, souvenir |

Setelah sesi pelatihan, peserta diminta mengisi **posttest** untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor pengetahuan yang signifikan.

4. Hasil Analisis Pretest–Posttest

a. Skor Pengetahuan

Analisis menunjukkan rata-rata pretest sebesar **83,5 (SD = 16,2)** dengan rentang skor 40–100. Setelah pelatihan, rata-rata meningkat menjadi **97,3 (SD = 6,9)** dengan rentang 80–100. Uji normalitas menunjukkan selisih skor tidak berdistribusi normal (Shapiro-Wilk $p = 0,0008$). Uji t berpasangan menghasilkan $t(36) = 5,34$, $p < 0,001$, dan uji Wilcoxon Signed Rank Test menghasilkan $Z = 10,5$, $p < 0,001$. Hal ini menegaskan adanya peningkatan signifikan pengetahuan peserta setelah pelatihan.

b. Skor Kesejahteraan Psikologis

Rata-rata pretest tercatat **81,9 (SD = 19,8)** dengan rentang skor 33–109, sedangkan rata-rata posttest meningkat menjadi **90,3 (SD = 24,2)** dengan rentang 32–112. Uji normalitas menunjukkan selisih skor tidak normal (Shapiro-Wilk $p = 0,00087$). Uji t berpasangan menunjukkan $t(36) = 2,43$, $p = 0,020$, sedangkan uji Wilcoxon menghasilkan $Z = 120,5$, $p = 0,001$. Dengan demikian, terdapat peningkatan signifikan kesejahteraan psikologis peserta setelah pelatihan.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Pretest dan Posttest

| Variabel | N | Pretest (M ± SD) | Posttest (M ± SD) | Selisih Rata-rata |
|--------------------------|----|------------------|-------------------|-------------------|
| Pengetahuan | 37 | 83,5 ± 16,2 | 97,3 ± 6,9 | +13,8 |
| Kesejahteraan Psikologis | 37 | 81,9 ± 19,8 | 90,3 ± 24,2 | +8,4 |

Tabel 3. Hasil Uji Statistik

| Variabel | Shapiro-Wilk (p) | Paired t-test (p) | Wilcoxon (p) | Kesimpulan |
|--------------------------|------------------|-------------------|--------------|------------|
| Pengetahuan | 0,0008 | <0,001 | <0,001 | Signifikan |
| Kesejahteraan Psikologis | 0,00087 | 0,020 | 0,001 | Signifikan |

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pelatihan berhasil meningkatkan baik **pengetahuan** maupun **kesejahteraan psikologis** guru. Peningkatan pengetahuan memungkinkan guru memiliki pemahaman lebih baik mengenai konsep pendidikan inklusif, sedangkan peningkatan kesejahteraan psikologis mencerminkan penguatan kapasitas mental dalam menghadapi tantangan pembelajaran inklusif. Dengan demikian, kegiatan ini efektif sebagai bentuk intervensi yang mengintegrasikan aspek kognitif (pengetahuan) dan afektif (kesejahteraan psikologis) dalam upaya mendukung guru menjadi lebih tangguh dalam menjalankan peran di sekolah inklusi.

5. Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dengan tema “*Menjadi Guru Tangguh: Kesiapan Mental dan Pendekatan Psikologis dalam Merajut Keberagaman sebagai Pilar Pendidikan Inklusif*” bertujuan untuk meningkatkan kapasitas guru, baik dari aspek kognitif berupa pengetahuan maupun aspek afektif berupa kesejahteraan psikologis.

a. Peningkatan Pengetahuan Guru

Hasil analisis pretest–posttest menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada aspek pengetahuan. Skor rata-rata meningkat dari 83,5 (SD = 16,2) menjadi 97,3 (SD = 6,9), dengan selisih +13,8 poin. Uji beda (paired t-test dan Wilcoxon Signed Rank Test) menunjukkan signifikansi ($p < 0,001$). Dengan demikian, pelatihan terbukti efektif meningkatkan pemahaman guru. Temuan ini sejalan dengan Yada dan Savolainen (2017) yang menyatakan bahwa guru yang memperoleh pelatihan inklusi menunjukkan pemahaman lebih baik dalam mengelola keberagaman kelas serta memiliki sikap positif terhadap siswa berkebutuhan khusus. Studi lebih baru oleh Adams, Harris, dan Jones (2021) menegaskan bahwa kesiapan guru inklusif dipengaruhi oleh kombinasi pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman lapangan, sehingga pelatihan seperti ini menjadi instrumen penting dalam membangun kompetensi dasar guru di sekolah inklusif.

Selain itu, Rosenberg et al. (2024) menyoroti bahwa keberhasilan pendidikan inklusif ditentukan oleh tiga dimensi kesiapan guru: kognitif (pengetahuan), praktikal (strategi pembelajaran), dan moral (komitmen nilai). Peningkatan skor pengetahuan pada kegiatan ini menunjukkan bahwa pelatihan yang berbasis teori sekaligus praktik mampu mendukung kesiapan multidimensional tersebut.

b. Peningkatan Kesejahteraan Psikologis

Selain pengetahuan, skor kesejahteraan psikologis guru juga mengalami peningkatan dari 81,9 (SD = 19,8) menjadi 90,3 (SD = 24,2), dengan selisih +8,4 poin. Uji Wilcoxon menunjukkan signifikansi ($p = 0,001$). Artinya, pelatihan tidak hanya menambah wawasan, tetapi juga memberikan dampak nyata pada kesiapan mental guru. Kesejahteraan psikologis merupakan fondasi penting dalam membangun relasi guru–siswa. Ryff dan Singer (2008) menekankan bahwa kesejahteraan berhubungan erat dengan aktualisasi diri, regulasi emosi, serta makna hidup yang lebih luas. Hal ini diperkuat oleh Spilt, Koomen, dan Thijs (2011) yang menemukan bahwa guru dengan kesejahteraan psikologis tinggi lebih mampu menjalin hubungan positif dengan siswa.

Temuan dari kegiatan ini konsisten dengan penelitian Salinas-Falquez et al. (2022) yang menunjukkan bahwa resiliensi dan kecerdasan emosional menjadi faktor protektif terhadap stres dan burnout guru, sekaligus memperkuat kesiapan menghadapi tuntutan pendidikan inklusif. Lebih lanjut, review sistematis oleh Kim et al. (2023) menegaskan bahwa program pengembangan profesional yang menekankan pada *teacher well-being* terbukti mampu meningkatkan motivasi, mengurangi stres, dan memperkuat kualitas pembelajaran di kelas yang beragam.

Konsep “Guru Tangguh” dalam judul kegiatan ini terefleksi melalui kombinasi peningkatan pengetahuan dan kesejahteraan psikologis. Guru tangguh tidak hanya cerdas secara kognitif, tetapi juga kuat secara emosional untuk menghadapi dinamika keberagaman siswa. Darling-Hammond et al. (2017) menekankan pentingnya *active learning* dalam pelatihan guru agar terjadi transfer pengetahuan yang lebih mendalam dan aplikatif.

Hasil kegiatan ini juga menguatkan temuan Issom et al. (2021) bahwa guru dengan pelatihan inklusi lebih mampu menunjukkan sikap sabar, ikhlas, dan resilien dalam menghadapi kebutuhan belajar

yang heterogen. Dengan demikian, intervensi pelatihan seperti ini berperan penting sebagai pendekatan psikologis dalam merajut keberagaman, sekaligus memperkuat pilar pendidikan inklusif di sekolah dasar.

Secara praktis, hasil kegiatan ini memberikan kontribusi penting bagi penguatan peran guru sebagai agen pendidikan inklusif. Guru yang memiliki **pengetahuan inklusif yang memadai** serta **kesejahteraan psikologis yang sehat** akan lebih siap mengelola keberagaman, baik dalam aspek akademik, sosial-budaya, maupun kebutuhan khusus. Hal ini mendukung visi pendidikan inklusif yang bukan hanya menekankan penerimaan siswa berkebutuhan khusus, tetapi juga menumbuhkan iklim sekolah yang sehat, resilien, dan berkeadilan.

Hasil ini menegaskan bahwa pelatihan efektif dalam meningkatkan pengetahuan guru mengenai kesiapan mental dan pendekatan psikologis dalam menghadapi keberagaman siswa. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis psikoedukasi dapat memperkuat kapasitas guru sebagai pilar utama dalam mewujudkan pendidikan inklusif. Selain peningkatan pengetahuan yang terukur melalui tes, respons peserta juga menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi pelatihan. Diskusi interaktif memberikan ruang bagi guru untuk berbagi pengalaman, termasuk tantangan mengelola stres, mengelola kelas heterogen, serta strategi menjalin komunikasi dengan siswa berkebutuhan khusus maupun dengan orang tua.

Dengan adanya peningkatan pengetahuan ini, diharapkan guru lebih siap secara mental dan psikologis dalam menjalankan peran sebagai fasilitator pendidikan inklusif. Pelatihan ini juga memberikan landasan bagi pengembangan program lanjutan berupa pendampingan, supervisi, dan penguatan jejaring antar guru agar tercipta ekosistem sekolah yang inklusif, aman, dan suportif bagi semua siswa.

6. Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “*Menjadi Guru Tangguh: Kesiapan Mental dan Pendekatan Psikologis dalam Merajut Keberagaman sebagai Pilar Pendidikan Inklusif*” berhasil menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan mampu meningkatkan kapasitas guru, baik pada aspek pengetahuan maupun kesejahteraan psikologis. Hasil pretest–posttest memperlihatkan adanya peningkatan signifikan, yang menandakan bahwa pendekatan pelatihan berbasis *active learning*, diskusi kasus, serta refleksi psikologis dapat menjadi strategi yang efektif untuk memperkuat kesiapan guru dalam menghadapi tantangan pendidikan inklusif. Peningkatan pengetahuan memberikan dasar konseptual yang lebih kuat, sementara peningkatan kesejahteraan psikologis mendukung terbentuknya guru yang resilien, sabar, dan mampu mengelola keberagaman dengan empati.

Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar kegiatan serupa dapat diperluas cakupannya dengan melibatkan lebih banyak guru dari berbagai jenjang pendidikan. Selain itu, keberlanjutan program pendampingan dan *follow-up training* sangat penting untuk memastikan transfer pengetahuan dan strategi psikologis dapat diterapkan secara konsisten dalam praktik kelas sehari-hari. Bagi pengambil kebijakan, hasil ini memberikan gambaran bahwa intervensi penguatan kapasitas guru

7. Daftar Pustaka

- Adams, D., Harris, A., & Jones, M. (2021). Teachers’ readiness for inclusive education in a developing country: Fantasy or possibility? *Educational Studies*, 47(6), 687–704. <https://doi.org/10.1080/03055698.2021.1908882>
- Collie, R. J. (2021). Insights into inclusive education: Conceptual and empirical foundations. *Frontiers in Education*, 6, 1–10. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.702987>
- Darling-Hammond, L., Hyler, M. E., & Gardner, M. (2017). *Effective teacher professional development*. Palo Alto, CA: Learning Policy Institute.
- Driver, M. K., Vostal, B. R., Huang, S. F., Kennedy, M. J., & Quesenberry, A. C. (2024). Using mixed-reality simulations to teach high-leverage practices in inclusive classrooms. *Journal of Special Education Technology*, 39(1), 61–72. <https://doi.org/10.1177/01626434231159845>
- Firli, M., Widyastono, H., & Sunardi, S. (2020). Tantangan implementasi pendidikan inklusif: Perspektif guru sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 6(1), 15–28.
- Forlin, C. (2010). Teacher education reform for enhancing teachers’ preparedness for inclusion. *International Journal of Inclusive Education*, 14(7), 649–653. <https://doi.org/10.1080/13603111003778353>
- Issom, F. L., Rochman, C., & Widodo, P. (2021). Teachers’ resilience in inclusive education: Lessons from Indonesian elementary schools. *EAI Endorsed Transactions on Social Sciences and Humanities*, 6(21), 1–8. <https://doi.org/10.4108/eai.18-11-2020.2311692>
- Kim, L. E., Oxley, L., & Asbury, K. (2023). Teacher wellbeing and mental health: A systematic review. *Educational Research Review*, 38, 100497. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2022.100497>
- Olson, A. J. (2012). Teachers’ attitudes toward inclusive education: A critical review. *International Journal of Special Education*, 27(3), 1–12.

- Rosenberg, J., Malinen, O. P., Engelbrecht, P., Pantic, N., & Savolainen, H. (2024). Conceptualising teacher readiness for inclusive education. *European Journal of Special Needs Education, 39*(2), 147–161. <https://doi.org/10.1080/08856257.2022.2098785>
- Rosenberg, J., et al. (2024). Beginning teacher preparation and readiness for the profession as inclusive educators. *The Australian Educational Researcher, 51*(2), 211–230. <https://doi.org/10.1177/00049441231218724>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies, 9*(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Salinas-Falquez, J., Cevallos-Cortés, M., & Herrera-Sánchez, I. (2022). Teachers' resilience and emotional intelligence as protective factors against burnout in inclusive education. *Frontiers in Psychology, 13*, 887567. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.887567>
- Salinas-Falquez, J., Vicente-Herrero, M. T., & Sánchez-Meca, J. (2022). Resilience, emotional intelligence, and inclusive education: A systematic review. *Behavioral Sciences, 12*(8), 261. <https://doi.org/10.3390/bs12080261>
- Sharma, U., Loreman, T., & Forlin, C. (2018). Measuring teacher efficacy to implement inclusive practices. *Journal of Research in Special Educational Needs, 18*(1), 23–36. <https://doi.org/10.1111/1471-3802.12417>
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2020). Teacher burnout: Relations between dimensions of burnout, perceived school context, job satisfaction and motivation for teaching. *AERA Open, 6*(1), 1–16. <https://doi.org/10.1177/2332858420914551>
- Spilt, J. L., Koomen, H. M. Y., & Thijs, J. T. (2011). Teacher wellbeing: The importance of teacher–student relationships. *Educational Psychology Review, 23*(4), 457–477. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9170-y>
- Yada, A., & Savolainen, H. (2017). Japanese in-service teachers' attitudes toward inclusive education and self-efficacy for inclusive practices. *Teaching and Teacher Education, 64*, 222–229. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2017.02.005>
- Yin, H., Loreman, T., & Majid, R. A. (2019). Developing inclusive teachers from pre-service training to professional practice: A review of literature. *International Journal of Inclusive Education, 23*(4), 408–428. <https://doi.org/10.1080/13603116.2018.1441339>