

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengambilan data yang dilakukan terhadap *Psychological Well-Being* guru SLB di kota Bandung, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- 1). Setiap dimensi *Psychological Well-Being*, yaitu penerimaan diri (*Self-Acceptance*), relasi positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*), kemandirian (*Autonomy*), penguasaan lingkungan (*Environmental Mastery*), tujuan dalam hidup (*Purpose in Life*), dan pertumbuhan pribadi (*Personal Growth*) yang dihayati oleh kebanyakan guru SLB di kota Bandung cenderung berkategori tinggi.
- 2). Dimensi penerimaan diri (*Self-Acceptance*) memiliki selisih yang cukup jauh antara presentase jumlah guru yang penghayatan tinggi dan rendah, selisihnya sebesar 24%.
- 3). Dimensi relasi positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*) berkorelasi dengan *Openness to Experience*, yaitu saat sifat keingintahuan guru SLB lebih terbuka akan pengalaman baru maka relasi positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*) lebih tinggi. Relasi positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*) berkorelasi negatif dengan *Neuroticism* yang artinya saat guru SLB lebih merasa mudah cemas atau gusar,

derajat relasi positif dengan orang lainnya (*Positive Relation With Others*) lebih rendah.

- 4). Dimensi kemandirian (*Autonomy*) berkorelasi signifikan dengan usia dan masa kerja. Korelasi signifikan dengan usia berarti semakin dewasa usia guru SLB maka derajat kemandiriannya (*Autonomy*) akan tinggi. Begitu juga dengan masa kerja, yaitu semakin lama masa kerja guru SLB maka kemandiriannya (*Autonomy*) akan semakin tinggi.
- 5). Dimensi penguasaan lingkungan (*Environmental Mastery*) berkorelasi signifikan dengan usia dan masa kerja. Korelasi signifikan dengan usia artinya, saat guru SLB semakin dewasa, maka derajat penguasaan lingkungannya (*Environmental Mastery*) semakin tinggi. Begitu juga dengan masa kerja semakin lama bekerja sebagai guru SLB, maka derajat penguasaan lingkungannya (*Environmental Mastery*) semakin tinggi.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoretis

- 1). Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian mengenai *Psychological Well-Being* pada guru SLB di kota Bandung, disarankan untuk melakukan adaptasi alat ukur *Psychological Well-Being* dengan menyesuaikan item-item yang ada dan menyederhanakan bentuk pilihan jawaban agar sesuai dengan pekerjaan serta mempermudah pengisian dan menjaring dimensi *Psychological Well-Being* responden di Indonesia.

5.2.2 Saran Praktis

- 1). Bagi kepala sekolah dan guru SLB di Bandung, disarankan untuk berusaha meningkatkan dan mempertahankan penghayatan relasi positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*), misalnya dengan mengadakan suatu acara kebersamaan rutin berinteraksi dan bekerja sama di lingkungan sekolah untuk menjalin hubungan persahabatan yang lebih baik dengan sesama guru, murid dan orangtua murid.
- 2). Bagi guru SLB di Bandung yang memiliki kecenderungan *Neuroticism* atau mudah cemas, disarankan untuk lebih tenang dengan melatih diri berpikir positif, melakukan meditasi/doa, dan melatih diri dengan melakukan kerjasama tim.