

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disampaikan pada bagian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar Guru SLB “X” memiliki *subjective well-being* yang tergolong tinggi.
2. Sebagian besar guru yang memiliki *subjective well-being* tinggi memiliki komponen kognitif dan komponen afek positif yang tergolong tinggi pula. Sedangkan untuk komponen afek negatif pada guru yang memiliki *subjective well-being* tinggi tergolong rendah.
3. Sebagian besar guru yang memiliki *subjective well-being* rendah memiliki komponen kognitif dan komponen afek positif yang tergolong rendah. Sedangkan untuk komponen afek negatif pada guru yang memiliki *subjective well-being* rendah tergolong tinggi.
4. Faktor-faktor yang memiliki kecenderungan keterkaitan dalam *subjective well-being* Guru SLB “X” adalah faktor kepribadian, faktor tujuan hidup, faktor kesehatan, faktor pendidikan dan faktor pendapatan.
5. *Traits* kepribadian yang memiliki kecenderungan keterkaitan dalam *subjective well-being* Guru SLB “X” adalah *extraversion*, *neuroticism*, *agreeableness* dan *traits openness to experience*.
6. Faktor yang tidak memiliki kecenderungan keterkaitan dalam *subjective well-being* Guru SLB “X” adalah jenis kelamin, dan usia.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

### 5.2.1 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan teori SWB dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai SWB dan kepribadian pada guru SLB “X” misalnya dengan menggunakan desain penelitian hubungan atau komparatif.
2. Bagi peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian lebih mendalam mengenai kontribusi faktor-faktor yang memengaruhi derajat SWB.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan teori SWB dapat melakukan penelitian lebih mendalam untuk mengukur komponen kepuasan hidup guru SLB secara domain, misalnya aspek kesehatan, pernikahan, pendidikan, dan lain-lain.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi kepala sekolah, disarankan untuk berusaha meningkatkan kesejahteraan hidup guru-guru SLB “X” yang masih termasuk dalam kategori SWB rendah, misalnya dengan memberikan kesempatan guru untuk mengikuti seminar-seminar pendidikan anak berkebutuhan khusus sehingga kompetensi yang dimiliki guru bertambah.
2. Bagi guru SLB “X” Bandung yang memiliki kecenderungan *Neuroticism* atau mudah cemas, disarankan untuk diberikan sesi konsultasi dengan psikolog, agar dapat lebih tenang dengan melatih diri berpikir positif, melakukan meditasi/doa, dan melatih diri dengan melakukan kerjasama tim.

3. Bagi pihak sekolah dapat lebih sering lagi melakukan kegiatan-kegiatan atau acara kebersamaan guru sehingga diharapkan dapat meningkatkan kedekatan dan frekuensi perasaan-perasaan menyenangkan atau emosi-emosi positif pada guru SLB “X”.

