

Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Guru SLB Di Lhokseumawe

Overview of psychological well-being in SLB teachers in Lhokseumawe

Rika Zahara¹, Zurratul Muna^{*2}, Yara Andita Anastasya³

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedookteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: zurratul.muna@unimal.ac.id

Abstract: *This study aims to look at differences in subjective well-being of fishermen in Ujong Blang village, Lhokseumawe city, in terms of marital status. This study uses a quantitative approach with a comparative research type, namely comparing the subjective well-being of fishermen based on marital status. The analysis used in this study is data analysis using a non-parametric test, namely the Kurskal Wallis test where this analysis aims to see whether there are differences in married and unmarried fishermen without making differences or relationships with other variables. The sampling technique used non-probability sampling technique, namely purposive sampling, the respondents in this study numbered two hundred people consisting of one hundred married fishermen and one hundred unmarried fishermen. The results showed that there were differences between the subjective well-being of fishermen in Ujong Blang village, Lhokseumawe city, in terms of marital status. This can happen because married individuals have greater social support than unmarried individuals. This is understood based on the scores obtained in the subjective well-being scale compiled by the researcher.*

Keywords: *Subjective Welfare, Fishermen, Marital Status.*

Abstrak: Tujuan penelitian ini untuk melihat gambaran kesejahteraan psikologis pada guru SLB (Sekolah Luar Biasa) di Lhokseumawe. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Adapun jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini yaitu sampling total, teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi, dimana data sampel yang digunakan harus memenuhi kriteria inklusi dan eklusi yang ditetapkan. Data yang diperoleh melalui skala kesejahteraan psikologis. Subjek penelitian berjumlah 37 guru SLB dengan pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *non probability* sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Berdasarkan analisis data penelitian yang diperoleh hasil bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar guru SLB di Lhokseumawe memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori rendah. Tetapi presentase pada kategori tinggi dan rendah hampir setara. Sedangkan jika dilihat dari kategori aspek guru yang memiliki kesejahteraan psikologis tertinggi yaitu guru yang banyak menjalin hubungan positif dengan orang lain.

Kata Kunci: *Kesejahteraan Psikologis, SLB, Guru*

Pendahuluan

Pendidikan merupakan usaha manusia untuk membina kepribadian sesuai dengan nilai-nilai di masyarakat atau sebagai upaya untuk membantu peserta didik untuk mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan, kecakapan, nilai, sikap dan pola tingkah laku yang berguna untuk kehidupan (Nasution, dkk, 2022).

Tiga jalur pendidikan yang diakui di Indonesia yaitu pendidikan formal, pendidikan nonformal, dan pendidikan informal. Menurut Yakub (2020) adapun pendidikan formal yaitu pendidikan yang berjenjang dan berstruktur yang terdiri dari pendidikan dasar, menengah, dan tinggi. Sedangkan pendidikan nonformal yaitu jalur pendidikan di luar pendidikan formal yang dilakukan secara berjenjang dan terstruktur (Yakub, 2020).

Sekolah luar biasa merupakan suatu lembaga pendidikan lembaga pendidikan formal yang melayani pendidikan bagi anak-anak berkebutuhan khusus. Pendidikan Luar Biasa dibentuk oleh banyak unsur yang diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan, yang proses intinya adalah pembelajaran bagi peserta didik. Oleh karena itu Sekolah Luar Biasa adalah pendidikan khusus yang menyelenggarakan program pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus (Nasution, 2022

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa guru pendidikan khusus memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan guru pendidikan umum. (Eichinger, 2004). Pada penelitian tersebut disampaikan bahwa menangani ABK dapat menimbulkan kelelahan fisik dan mental karena ABK membutuhkan lebih banyak perhatian dan pelatihan. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa bekerja sebagai guru SLB harus mampu memahami karakter anak didik dengan cara yang kreatif agar tingkat stres tersebut dapat berkurang (Asri 2012).

Ryff (2013) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai tingkat individu merasa hidupnya memiliki arti, tujuan dan arah, memandang hidupnya sendiri sesuai dengan keyakinan pribadi, tingkat memanfaatkan bakat dan potensi pribadi dalam pertumbuhan pribadi, seberapa baik mengelola situasi yang terjadidalam kehidupan, kedekatan hubungan dengan individu lain, serta pengetahuan dan penerimaan yang dimiliki tentang diri sendiri.

Menurut Gupta dan Nafis (2014) *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis dilihat sebagai fungsi positif individu dan digambarkan sebagai kualitas hidup individu. Hal ini mencakup kebahagiaan, perdamaian dan kepuasan hidup.

Berdasarkan fenomena diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “*gambaran kesejahteraan psikologis pada guru SLB (Sekolah Luar Biasa) di Lhokseumawe*”.

Metode

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif deskriptif. Menurut Sugiyono (2018) pendekatan kuantitatif deskriptif merupakan penelitian yang dilakukan terhadap variable mandiri yaitu menggambarkan data yang telah terkumpul tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variable lain.

Hasil

Hasil analisis data secara hipotetik (data yang mungkin terjadi) menunjukkan bahwa nilai maksimal pada skala kesejahteraan psikologis sebesar 28 nilai minimal sebesar 0 mean sebesar 14 dan standar deviasi 1,110 sedangkan pada data empiric (data yang terjadi dilapangan) menunjukkan bahwa nilaimaksimal pada skala kesjahteraan psikologis sebesar 64, nilai minimal sebesar 95, mean sebesar 84,89 serta standar deviasi sebesar 6,753, dibuat hasil pada table kategorisasi yang memberikan gambaran tingkat *psychological well-being* sebagai berikut:

Table1.
Kategorisasi kesejahteraan psikologis

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > M + 2$	Tinggi	15	40,5%
$X < M - 2$	Rendah	16	43,2%
	Missing	6	16,2%
	Total	37	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dapat di lihat bahwa kesejahteraan psikologis dikategorikan rendah dengan angka (43,2%). Dengan demikian maka dapat diketahui bahwa mayoritas subjek penelitian tergolong memiliki tingkat *kesejahteraan psikologis* yang rendah.

Dalam penelitian ini, metode deskriptif digunakan untuk mengetahui kesejahteraan Guru di Sekolah Luar Biasa. Dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* yang merupakan teknik pengambilan sample dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel (Sugiyono, 2018). Pengukuran yang digunakan untuk *psychological well-being* adalah skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang kelompok tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2018).

Diskusi

Tujuan penelitian ini adalah bertujuan untuk melihat gambaran kesejahteraan psikologis pada guru SLB (Sekolah Luar Biasa) di Lhokseumawe, kesejahteraan psikologis sebagai tingkat individu merasa hidupnya memiliki arti, tujuan dan arah, memandang hidupnya sendiri sesuai dengan keyakinan pribadi, tingkat memanfaatkan bakat dan potensi pribadi dalam pertumbuhan pribadi, seberapa baik mengelola situasi yang terjadi dalam kehidupan, kedekatan hubungan dengan individu lain, serta pengetahuan dan penerimaan yang dimiliki tentang diri sendiri, Ryff (2013).

Berdasarkan hasil penelitian, kesejahteraan psikologis pada guru SLB kota Lhokseumawe cenderung rendah, artinya guru SLB di Lhokseumawe yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah belum kondusif, belum mampu mengembangkan potensi diri dan tidak dapat mengambil mengeskplorasi dirinya. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian Zulkifli & Risma (2015) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis pada guru kota Pekanbaru berada pada taraf sedang hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada guru kota Pekanbaru dikatakan belum kondusif dan memprihatinkan (Zulkifli & Risma, 2015).

Sedangkan jika dilihat dari kategori aspek, yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi yaitu aspek hubungan positif dengan orang lain artinya guru yang memiliki hubungan positif dengan orang lain cenderung dapat menjalin hubungan hangat dengan orang lain sehingga terjalinnya hubungan interpersonal baik dapat dipercayai dan memiliki sikap empati terhadap orang lain. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama kesehatan mental. Kesejahteraan psikologis seseorang tinggi jika mampu bersikap hangat dan percaya dalam hubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan keintiman yang kuat, memahami pemberian dan penerimaan dalam suatu hubungan yang dapat memberikan dampak positif pada guru karena pentingnya kesejahteraan psikologis yang baik maka tanggung jawab sebagai guru akan berjalan secara maksimal. Hal ini sejalan dengan teori Ryff (1989) yang menyatakan bahwa pentingnya hubungan interpersonal, kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama kesehatan mental, kesejahteraan psikologis seseorang tinggi jika mampu bersikap hangat dan percaya dalam hubungan dengan orang lain (Ryff, 1989).

Kesejahteraan psikologis jika dilihat dari aspek dengan kategori rendah yaitu aspek otonomi yang mengacu

pada kemampuan seseorang untuk mengejar keyakinan pribadi dan kepercayaan, bahkan jika melawan ajaran atau kepercayaan yang diterima atau kebijaksanaan biasa, juga mengacu pada kemampuan untuk sendirian jika diperlukan dan untuk hidup mandiri. Hal ini berarti pada kategori otonomi rendah responden belum mempunyai kemampuan untuk mengarahkan diri dan mandiri, tidak mampu menghadapi tekanan sosial, belum bisa mengatur tingkah laku sendiri dan mengevaluasi diri dengan standar pribadi. Dan jika otonominya tinggi menunjukkan orang-orang yang menentukan segala sesuatunya sendiri dan tidak tergantung pada orang lain, maupun menahan tekanan sosial dan mengatur perilaku berdasarkan penilaian pribadi. Orang-orang ini mengevaluasi diri sesuai dengan standar baik. Hal ini sejalan dengan teori Ryff (1998) jika skor rendah menunjukkan orang terlalu peduli dengan harapan orang lain, mereka bergantung pada penilaian orang sebelum membuat keputusan penting, pemikiran dan tindakan mereka dipengaruhi oleh tekanan sosial (Ryff, 1989).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada guru SLB cenderung rendah yang berarti bahwa

kesejahteraan psikologis guru belum kondusif. Adapun jika dilihat berdasarkan aspek guru yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi yaitu aspek menjalin hubungan baik dengan orang lain, karena hubungan interpersonal dapat membawa dampak positif pada guru. Sedangkan pada kategori aspek otonomi rendah, berarti belum mempunyai kemampuan untuk mengarahkan diri dan mandiri, tidak mampu menghadapi tekanan sosial, belum bisa mengatur tingkah laku sendiri.

Saran

Berdasarkan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini beberapa saran yang dapat diberikan, antara lain: Kepada guru SLB di kota lhokseumawe memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah agar terus bisa mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri, bisa menjalin hubungan positif dengan orang lain, dan terus berfikir secara efektif dan kondusif. Diharapkan kepada instansi dapat memberikan kesejahteraan psikologis pada guru karena pentingnya kesejahteraan psikologis yang baik maka tanggung jawab sebagai guru akan berjalan secara maksimal. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema yang sama diharapkan untuk mengambil metode kualitatif agar lebih mendetail dalam menggali permasalahan terkait kesejahteraan psikologis, dan jika

mengambil metode yang sama dapat menambah jumlah sampel penelitian sehingga akan lebih representatif dan memperkaya hasil penelitian dan juga

disarankan agar peneliti selanjutnya dapat memperluas faktor-faktor penelitian lain yang tidak diteliti oleh penelitian ini.

Referensi

- Eichinger, R.W., (2014) Learning Agility As A Prime Indicator Of Potential. *Human Resource Planning*, 27.
- Ryff, C.D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83 (1), 10-28.
- Ryff, c.d. (1989). Happiness Is Everyting, Or Is It ? Exploration On The Meaning Of Psychological Well Being. *Journal Of Prsonality And Social Psychology*.
- Gupta, G. & Nafis, N. (2014). Does Marital Ajustment And Psychological Well Being Differences In Working And Non-Working Female?. *The International Journal Of Indian Psychologi* Volume : 01 Issue: 03 ISSN 2348-5396.
- Nasution, dkk. (2022). Pengertian Pendidikan, Sistem Pendidikan Luar Biasa, dan Jenis-jenis Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Edukasi Non Formal*. 3 (2). 2715-2634.
- Yakub. (2020). Pendidikan Informal dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*. 2527-4082.
- Sugiyono. (2018). Memahami Penelitian Kualitatif. Kualitatif, dan R&D. *Bandung: Penerbit Alfabeta*.
- Zulkifli., & Risma ,(2015) Pemataan Kesejahteraan Psikologis Guru Paud Sekota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Sosial Budaya*, 4(1), 25-26.