



HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU SEKOLAH LUAR BIASA

Asyiah Ummul Muttaqinah^{1✉}, Resnia Novitasari²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Mei 2015
Disetujui Juni 2015
Dipublikasikan Juli 2015

Keywords:

Psychological Well-being, Social Support, Teachers of Special Needs Children

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis guru sekolah luar biasa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis guru sekolah luar biasa. Responden dalam penelitian ini berjumlah 105 orang guru sekolah luar biasa. Pada penelitian ini menggunakan 2 skala, yakni: (a) Skala Dukungan Sosial berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Zimet, Dahlem, Zimet & Farley (1988) yang memiliki nilai $\alpha = 0,868$ terdiri dari 11 aitem, dan (b) Skala Kesejahteraan Psikologis mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Ryff dan Keyes (1995) dengan nilai $\alpha = 0,818$ berjumlah 13 aitem. Hasil analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment* dari Spearman diketahui bahwa dukungan sosial berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa $r = 0,359$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, hipotesis yang diajukan diterima.

Abstract

This study was aimed to test empirically the relationship between social support with psychological well being for children with special needs's teachers. The hypothesis of this study is there's a relationship between social support with psychological well being for children with special needs's teachers. Respondents in this study were 105 male and female teachers. This study has 2 measurments (a) Social Support scales which refers to Zimet, Dahlem, dan Farley (1988) $\alpha = 0,868$ with 11 item. (b) psychological well being from Ryff and Keyes (1995) $\alpha = 0,818$ with 13 item. Based on the analysis with Product Moment Correlation from Spearman, researchers can concluded that there is a relationship between social support with psychological well being for children with special needs's teachers $r = 0,359$ and $p = 0,001$ ($p < 0,05$) and the hypothesis is accepted. The result of this study will discuss later.

© 2015 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial
Budaya, Universitas Islam Indonesia

p-ISSN 2086-0803
e-ISSN 2541-2965

PENDAHULUAN

Guru memiliki peranan penting dalam proses pendidikan di sekolah. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia guru memiliki pengertian yaitu orang yang memiliki profesi mengajar. Hal ini mengindikasikan bahwa tujuan utama guru adalah untuk memberikan pengajaran serta pendidikan kepada siswa di sekolah. Pendidik di sini memiliki definisi orang yang mendidik atau memberikan pengajaran dalam hal akhlak dan kecerdasan pikiran. Pengajar merupakan orang yang memberikan pelatihan terkait keilmuan yang telah diberikan. Oleh sebab itu, guru memiliki dua tugas utama di sekolah, yaitu sebagai pemberi keilmuan baik itu yang terkait dengan aspek kognitif maupun akhlak, kemudian juga memberikan pelatihan terkait keilmuan yang telah diberikan.

Penjabaran di atas merupakan definisi guru secara umum. Tidak berbeda dengan guru pada umumnya, guru di Sekolah Luar Biasa (SLB) juga memiliki tugas umum yang hampir serupa dengan guru pada umumnya, namun harus ditunjang dengan keahlian khusus yang disesuaikan dengan keterbatasan yang dimiliki oleh peserta didik (Wardhani, 2012). Misalnya saja guru yang mengajar di SLB khusus untuk penyandang tuna rungu dan tuna netra. Guru tersebut harus memiliki keahlian dalam bidang mengajar dan mendidik sekaligus juga metode yang tepat untuk digunakan dalam memberikan pengajaran kepada peserta didik. Misalnya dengan menggunakan metode “*Hand*

in hand” untuk menyampaikan pembelajaran mengenai benda-benda yang ada disekitar.

Dasar mengenai pendidikan untuk anak berkebutuhan khusus telah diatur dalam Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional Pasal 32, bahwa pendidikan khusus (pendidikan luar biasa) merupakan pendidikan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental, sosial. Hal ini mengindikasikan bahwa seluruh masyarakat yang memiliki kebutuhan khusus telah dijamin oleh negara untuk menyanggah pendidikan yang layak. Namun dalam kenyataannya masih banyak masyarakat Indonesia yang berkebutuhan khusus belum bisa merasakan pendidikan yang layak.

Menurut data Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (DEPDIKBUD) ada sekitar 1600 Sekolah Luar Biasa dengan berbagai tingkatan dengan berbagai macam jenis. Sebanyak 70% masih dikelola swadaya oleh masyarakat, dan sisanya sebanyak 30% dikelola oleh negara. Jumlah ini masih sangat tidak sebanding dengan jumlah ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) yang ada di Indonesia, yaitu sebanyak 7 juta orang. Apabila dirata-ratakan perbandingan sekolah dengan jumlah ABK yang ada, satu sekolah harus menampung sebanyak 4.400 ABK. Jumlah ini tentunya sangat tidak mampu terlaksana. Oleh sebab itu dibutuhkan sekitar ratusan SLB agar mampu menampung keseluruhan ABK yang ada di Indonesia. Hal ini juga berakibat terhadap

peningkatan jumlah guru SLB (VIVAnews.com, 2012).

Salah satu sarana yang telah diberikan pemerintah untuk menunjang hak pembelajaran bagi masyarakat berkebutuhan khusus adalah tenaga pengajar, dalam hal ini adalah guru Sekolah Luar Biasa. Peran guru Sekolah Luar Biasa atau pendidik khusus telah diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 32 tahun 2008 pengertian guru pendidikan khusus adalah tenaga pendidik yang memenuhi kualifikasi akademik, kompetensi, dan sertifikasi pendidik bagi peserta didik berkebutuhan khusus karena kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, sosial, dan atau memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa pada satuan pendidikan khusus, satuan pendidikan umum, dan/atau satuan pendidikan kejuruan. Oleh karena itu seorang guru di SLB harus mampu menerapkan proses pembelajaran yang mampu membantu siswa untuk memahami materi yang akan disampaikan meskipun dengan keterbatasan yang dimiliki. Selain itu guru Sekolah Luar Biasa juga memiliki kepribadian yang menyenangkan, sehingga mampu menghayati tugasnya sebagai pendidik dan pengajar siswa dengan kebutuhan khusus.

Banyak kendala yang terjadi di lingkungan pendidikan, khususnya di Sekolah Luar Biasa, baik itu dalam hal fasilitas maupun dalam diri guru tersebut. Misalnya saja guru beranggapan bahwa fasilitas yang ada di sekolah kurang memadai, sehingga bisa

menimbulkan kebingungan maupun kecemasan dalam diri guru tersebut saat sedang mengajar, sehingga berakibat kepada tindakan yang dihasilkan oleh guru tersebut. Hal ini didukung oleh pernyataan Widiyanto (Prawitasari, 2012) bahwa ada banyak hal yang mampu mendorong tindakan guru, yaitu wawasan guru, religiusitas, sosial-ekonomi, kondisi keluarga, serta kesehatan fisik.

Seperti yang dituturkan oleh Bu Y, yaitu salah seorang guru yang mengajar anak penyandang autisme. Ibu Y menyampaikan bahwa dirinya sempat merasa kebingungan saat pertama kali mengajar di Sekolah Luar Biasa disebabkan pengalaman yang belum banyak dalam mengajar anak yang berkebutuhan khusus. Namun demikian karena memiliki keinginan untuk menjadi lebih baik lagi, bu Y berusaha untuk mencari referensi bahan mengajar agar mampu memberikan pengajaran dengan maksimal. Pernah suatu hari ibu Y harus mengampu dua kelas yang masing-masing berisi dua murid secara bersamaan karena rekan guru lainnya berhalangan hadir. Hal tersebut mengakibatkan suasana kelas semakin ramai dan kurang kondusif, sehingga guru Y tidak dapat berfungsi penuh ketika mengajar. Namun setelah itu guru Y kembali mengajar seperti biasa. Dampak positif yang didapat oleh guru Y setelah mengajar di SLB adalah menjadi lebih sabar, mengetahui lebih dalam tentang karakter anak serta cara mendidik yang sesuai, serta lebih bersyukur lagi. Ryff (1989) menjabarkan bahwa gambaran orang yang

memiliki kesejahteraan psikologis adalah mampu berfungsi secara penuh (*fully-functioning person*). Hal ini sudah tampak dalam diri guru Y, yaitu ketika guru Y mencari referensi lain untuk mengajar, yang kemudian berakibat pada peningkatan kualitas mengajar di sekolah. Selain itu menurut Ryff dan Singer (1996) bahwa salah satu aspek seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis adalah mampu membuat situasi lingkungan nyaman untuk diri sendiri.

Saat ini kurikulum pendidikan di Indonesia sering kali berubah. Ini menambah tugas guru khususnya guru Sekolah Luar Biasa untuk merubah materi pembelajaran agar sesuai dengan kurikulum yang ada. Tingginya tuntutan, beban kerja yang berat, lingkungan kerja yang monoton, serta minimnya dukungan dari lingkungan membuat guru Sekolah Luar Biasa sering mengalami ketidaknyamanan serta perasaan tertekan yang kemudian berpengaruh terhadap kinerja saat mengajar. Perasaan tertekan ini yang kemudian mengakibatkan individu menjadi cemas, tegang, serta tidak dapat menikmati serta merasa puas dengan pekerjaan yang sedang dilakukan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Fejgin, Ephraty, dan Bensira, 1995; Pastore dan Judd, 1992 (Wardhani, 2012) yang mengungkapkan bahwa guru mengalami perasaan tertekan dan murung, serta memikirkan dan memutuskan untuk berhenti atau pensiun dini karena mengalami tekanan pada saat bekerja. Hal ini disebabkan guru tersebut tidak dapat berfungsi secara

efektif karena berada dalam perasaan tertekan (Smith, 1993; Girdano, Everly, & Dusek 1993, dalam Wardhani, 2012). Tindakan berhenti atau pensiun dini mengindikasikan bahwa guru Sekolah Luar Biasa tersebut memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah.

Guru pendidikan luar biasa memiliki tugas untuk mendidik anak-anak berkebutuhan khusus agar mampu berkembang secara optimal. Tingginya tuntutan dari lingkungan serta minimnya dukungan dapat membuat guru memiliki perasaan lelah baik fisik maupun mental, tidak berdaya, serta jenuh yang kemudian berakibat pada keputusan untuk pensiun dini atau *burnout* (Wardhani, 2012). Ryff dan Singer (1996) menyatakan bahwa salah satu ciri orang yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah adalah tidak puas dengan keadaan diri sendiri, merasa bosan dan tidak tertarik dengan pengembangan diri. Hal ini mengindikasikan bahwa guru Sekolah Luar Biasa yang memutuskan untuk *burnout* memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah.

Banyak ahli telah menjabarkan pengertian dari kesejahteraan psikologis. Ryff, dkk (1999) mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan gambaran umum mengenai bagaimana individu menilai diri sendiri dan lingkungan tempat mereka tinggal. Ryff (Arifin & Rahayu, 2012) juga mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan tingkatan kesejahteraan psikologis yang dialami oleh individu. Ryff menyampaikan bahwa salah satu indikator

terpenuhinya kesejahteraan psikologis individu adalah memiliki hubungan baik dengan individu lain. Hal ini mengindikasikan bahwa orang yang memiliki kesejahteraan psikologis salah satunya mampu membangun hubungan yang baik dengan individu lain. Ciri-ciri lain orang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik yaitu dapat menerima keadaan diri, mandiri atau mampu mengambil keputusan sesuai dengan yang diyakini, mampu membuat lingkungan yang nyaman terhadap diri sendiri serta orang lain.

Banyak hal mampu memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Menurut Huppert (2009) beberapa hal yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu yaitu dukungan sosial, pola asuh, kepribadian, jenis kelamin, usia, status pernikahan, status sosial ekonomi, serta tingkat pendidikan. Kaufmann & Beehr, 1989; Sarason, Sarason dan Pierce, 1990 (Daalen, dkk 2005) mengemukakan dukungan sosial merupakan faktor penting dalam kesejahteraan psikologis individu. Hal ini dijelaskan melalui penelitiannya yang dilakukan pada pria dan wanita yang bekerja

Ryff dan Singerb (1996) menyatakan bahwa orang yang memiliki kecenderungan psikologis yang positif ditandai dengan mudahnya beradaptasi dengan lingkungan, memiliki hubungan yang berkualitas dengan orang lain, dan lain sebagainya. Kemudian kualitas hubungan yang positif dengan orang lain akan menimbulkan pola pemikiran yang berpengaruh terhadap perlindungan

organisme. Hal ini juga akan terjadi pada guru Sekolah Luar Biasa. Apabila guru tersebut memiliki kepribadian yang positif, maka akan berpengaruh terhadap hubungannya dengan sesama guru, siswa, orang tua, serta individu lain. Hal ini ditunjang dengan pernyataan Sutton (Prawitasari, 2012) yang menemukan bahwa guru yang memiliki emosi positif cenderung sukses dalam mengendalikan situasi kelas dengan baik, cenderung mampu berinteraksi dengan siswa dan lebih sedikit mengalami stres yang disebabkan pekerjaannya sebagai guru. Sutton juga menyampaikan bahwa pemaknaan positif yang diterapkan oleh guru terkait dengan situasi kelas cenderung memberikan emosi positif terhadap guru. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Whelan (Liwarti, 2013) menghasilkan temuan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis lebih tinggi terutama dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain.

Penelitian Kauffman dan Beehr; Sarason, Sarason, dan Pierce (Daalen, Sanders, & Willemsen, 2005) pada wanita dan pria yang bekerja menghasilkan temuan bahwa dukungan sosial akan memengaruhi kesehatan dan kesejahteraan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fusilier, Ganster, dan Mayes (Daalen, Sanders, & Willemsen, 2005) menemukan bahwa dukungan sosial keluarga dan teman berpengaruh terhadap kepuasan dalam diri seorang wanita, sedangkan pada pria tidak terlalu berpengaruh.

Smet (1994) mengungkapkan bahwa apabila seorang individu merasa didukung oleh lingkungan sekitar, maka akan cenderung lebih mudah ketika melalui masa-masa sulit. Smet juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap kesehatan individu. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Brugha, 2005; House, Landis, dan Umberson, 1988 (Huppert, 2009) dukungan sosial berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan mental individu.

Menurut Brandburn (Ryff, 1989) salah satu ciri individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik adalah berbahagia. Fisik dan psikis yang sehat akan berpengaruh kepada kesejahteraan psikologis individu. Hal ini disampaikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Greenfield dan Marks (Huppert, 2009) yang menemukan bahwa dukungan sosial memengaruhi sukarelawan yang mengikuti survey. Penelitian ini menemukan bahwa sukarelawan mendapati dirinya lebih berharga ketika mendapat dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Berdasarkan uraian di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial khususnya dukungan sosial kelompok, berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis individu.

Monks, Knoers, dan Haditono (2004) mengemukakan bahwa lingkungan sosial (keluarga, teman, tetangga, kelas sosial, kelompok kerja, bangsa) memberikan pengaruh yang cukup besar terutama dalam pembentukan pribadi individu. Hal ini mendukung anggapan bahwa dukungan

kelompok dapat meningkatkan kepribadian positif dalam diri individu.

Berdasarkan uraian di atas, banyak hal menarik yang akan ditemukan oleh peneliti. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa.

METODE

Subjek pada penelitian ini adalah guru sekolah luar biasa. Kriteria subjek penelitian yaitu guru sekolah luar biasa, baik masih berstatus honorer maupun pegawai tetap, berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan. Metode pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif potong lintang dan menggunakan skala sebagai alat untuk pengumpulan data. Skala yang digunakan yaitu skala dukungan sosial dan skala kesejahteraan psikologis. Skala dukungan sosial diukur dengan menggunakan skala *Multidimensional scale of perceived social support* sebanyak 12 aitem yang telah disesuaikan untuk pertanyaan yang mengacu pada dukungan sosial. Skala ini mengukur sumber dukungan sosial yang ada di sekitar individu, yaitu keluarga, teman, serta orang spesial (dalam hal ini bisa berbeda untuk tiap individu). Berdasarkan penelitian sebelumnya reliabilitas untuk masing-masing dimensi yang diukur yaitu *significant other*, keluarga, dan teman adalah 0,91, 0,87, dan 0,75. Serta untuk keseluruhan skala adalah 0,88 (Zimet, Dahlem,

dan Farley, 1988). Hal tersebut mengartikan bahwa skala ini sudah cukup reliabilitas karena mendekati 1.

Skala kesejahteraan psikologis memiliki 18 aitem yang telah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia oleh peneliti. Bertujuan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis individu. Aspek yang diukur adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, kemampuan untuk memengaruhi lingkungan, pemaknaan hidup, pertumbuhan kepribadian. Berdasarkan koefisien reliabilitas untuk alat ukur ini adalah penerimaan diri 0,85, hubungan positif dengan orang lain 0,83, mandiri 0,88, penguasaan lingkungan 0,81, pemaknaan hidup 0,82, serta pertumbuhan kepribadian 0,81 (Ryff & Keyes, 1995).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui sebaran data variabel bebas dan variabel terikat berdistribusi normal atau tidak. Distribusi dikatakan normal apabila $p > 0,05$ sedangkan apabila $p < 0,05$ maka distribusi dikatakan tidak normal. Teknik yang digunakan untuk uji normalitas adalah teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas yang dilakukan pada kedua variabel menunjukkan distribusi yang normal. Dari hasil pengolahan data untuk variabel dukungan sosial suami diperoleh $(K-SZ) = 0,084$ dengan $p = 0,198$, ($p > 0,05$). Hasil pengolahan data untuk variabel kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa, diperoleh $(K-SZ) = 0,116$

dengan $p = 0,006$, ($p < 0,05$). Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa memiliki hubungan yang linier atau tidak. Analisis uji linieritas ini dilakukan dengan menggunakan *SPSS 17.0 For windows*. Berdasarkan hasil analisis didapat bahwa nilai koefisien linieritas $f = 18,693$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hubungan kedua variabel dikatakan linier apabila $p < 0,05$ dan dikatakan tidak linier apabila $p > 0,05$. Hal tersebut mengindikasikan bahwa hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis adalah linier karena memiliki $p = 0,000$ dalam hal ini lebih kecil dari $p < 0,05$.

Berdasarkan hasil analisis data spss diketahui bahwa terdapat korelasi antara skor dukungan sosial terhadap skor kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa. Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik *product moment* dari *Spearman-Rho* dengan menggunakan program komputer, didapatkan hasil adanya korelasi antara skor dukungan sosial dengan skor kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa $r = 0,359$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan, diterima.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Aslund, dkk (2014) kepada 84.263 responden dari lima negara di Swedia. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2004 sampai 2008. Kesimpulan dari

penelitian ini adalah bahwa dukungan sosial berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis. Hal ini juga didukung penelitian yang dilakukan oleh Sarason, Sarason, dan Pierce (Daalen dkk, 2005) pada pria dan wanita bekerja yang menghasilkan temuan bahwa dukungan sosial merupakan faktor penting dalam kesejahteraan psikologis individu. Penelitian yang dilakukan oleh Sarason, Sarason, dan Pierce dengan yang dilakukan peneliti adalah pada karakteristik subjek, yaitu jenis kelamin, usia, serta sama-sama bekerja.

Hasil lain dari penelitian ini adalah bahwa dukungan sosial yaitu dimensi keluarga berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa, dengan $r = 0,356$ dan $p = 0,015$ ($p > 0,05$). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Tonsing, dkk (2012) pada 148 orang Pakistan dan 153 orang Nepal yang tinggal di Hong Kong. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur dukungan sosial dengan menggunakan *The multidimensional scale of perceived social support* yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Urdu dan Nepal. Untuk skala kesejahteraan psikologis, diukur dengan menggunakan skala *Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21)*. Hasil temuan dalam penelitian ini adalah bahwa dimensi keluarga memiliki korelasi negatif dengan depresi, kecemasan, dan stres. Sedangkan pada dimensi orang spesial berkorelasi negatif dengan kecemasan, dan dimensi teman berkorelasi negatif dengan stres. Hal ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial dimensi keluarga memiliki korelasi

menyeluruh dibandingkan dengan dimensi yang lain. Hasil penelitian lain yang mendukung temuan ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Rodin dan Salovey (Smet, 1994) bahwa perkawinan dan keluarga merupakan sumber dukungan sosial yang paling besar bagi individu. Oleh sebab itu, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial yang berasal dari keluarga merupakan sumber dukungan yang paling besar dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa.

Mayoritas subjek pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 27 orang (67,5%). Subjek pada penelitian ini mayoritas mengajar siswa dengan tuna grahita, yaitu sebanyak 27 orang (67,5%). Hasil dari penelitian ini adalah dukungan sosial memiliki korelasi dengan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa $r = 0,313$ dan $p = 0,049$ ($p > 0,05$), yaitu pada dimensi keluarga, $r = 0,41$ dan $p = 0,07$ ($p > 0,05$). Dimensi keluarga berkorelasi dengan dimensi makna hidup, $r = 0,421$ dan $p = 0,007$ ($p > 0,05$) dan dimensi perkembangan kepribadian, $r = 0,359$ dengan $p = 0,03$ ($p > 0,05$).

Berdasarkan hasil penelitian, jumlah subjek yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis pada kategori sangat rendah sebanyak 7 orang (17,5%), kategori rendah sebanyak 8 orang (20%), kategori sedang 9 orang (22,5%), kategori tinggi sebanyak 8 orang (22,5%), dan kategori sangat tinggi sebanyak 8 orang (20%). Berdasarkan data di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas

subjek dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sedang (22,5%).

Jumlah subjek yang memiliki tingkat dukungan sosial dan masuk ke dalam kategori sangat rendah sebanyak 7 orang (17,5%), kategori rendah sebanyak 8 orang (20%), kategori sedang sebanyak 9 orang (22,5%), kategori tinggi sebanyak 9 orang (22,5%), dan kategori sangat tinggi sebanyak 8 orang (20%). Berdasarkan data di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sedang (22,5%). Rentang skor pada kategori sedang yaitu antara 47 sampai 53,6. Jumlah responden yang termasuk ke dalam kategori sedang yaitu sebanyak 9 orang. Kesimpulan yang dapat ditarik pada penelitian ini adalah mayoritas guru memiliki tingkat dukungan sosial dengan kategori sedang.

Penelitian ini memiliki beberapa kelemahan, yaitu: 1) Jumlah sampel yang sedikit mengakibatkan data yang didapat, kurang beragam. 2) Metode penelitian kuesioner *self report*, yaitu responden mengisi kuesioner tanpa didampingi oleh peneliti. Sehingga peneliti tidak dapat secara langsung melihat proses pengisian kuesioner. 3) Belum ada variabel kontrol yang dapat dijadikan sebagai pembanding ketika mengukur variabel tergantung. 4) Menggunakan metode non ekperimental potong lintang, sehingga belum diketahui secara pasti, mana variabel yang menjadi faktor pendorong variabel lain.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa. Dimensi dukungan sosial yang memiliki korelasi paling besar dengan variabel kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini yaitu dimensi keluarga. Mayoritas responden dalam penelitian ini termasuk kedalam kategori mendapat dukungan sosial sedang. Responden dalam penelitian ini mayoritas termasuk ke dalam kategori kesejahteraan psikologis sedang.

SARAN

1. Saran Kepada Guru Sekolah Luar Biasa.

Bagi guru Sekolah Luar Biasa untuk lebih mendekatkan diri dengan sumber-sumber dukungan sosial, khususnya keluarga. Karena keluarga merupakan sumber dukungan sosial terbesar bagi guru Sekolah Luar Biasa. Hal ini akan semakin meningkatkan kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa. Selain keluarga, sumber dukungan sosial juga berasal dari teman, dalam hal ini bisa rekan sesama guru, karena dapat bertukar informasi mengenai topik keilmuan yang yang terbaru agar dapat maksimal dalam menyampaikan ilmu kepada peserta didik. sumber dukungan sosial lain adalah orang spesial, dalam hal ini dapat berbeda untuk setiap individu, misal pasangan, pemuka agama, atau individu lain yang dianggap spesial.

2. Saran Kepada Peneliti Selanjutnya

Saran bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema kesejahteraan psikologis guru Sekolah Luar Biasa, agar lebih

memperhatikan faktor-faktor lain yang mungkin berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis. Menggunakan metode eksperimental untuk mengetahui variabel mana yang menjadi faktor pendorong variabel lain. Peneliti mendampingi subjek dalam pengisian kuesioner, untuk meminimalisir kekeliruan. Peneliti menambah jumlah sampel, agar data yang didapat lebih beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z. dan In Tri Rahayu. 2012. Hubungan Antara Orientasi Religius, *Locus Of Control* Dan *Psychological Well-Being* Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/lemlit/article/download/1945/pdf.29/04/14*
- Aslund, c., Peter Larm, Bengt Starrin dan Kent W Nilsson. 2014. The buffering effect of tangible social support on financial stress: influence on psychological well-being and psychosomatic symptoms in a large sample of the adult general population. *International Journal for Equity in Health*, 13 (85), 2-9 <http://www.equityhealthj.com/content/13/1/85> 14/1/15
- Daalen, G. V., Sanders, K., Willemsen, T. M. 2005. Sources of Social Support as Predictors of Health, Psychological Well-Being and Life Satisfaction Among Dutch Male and Female Dual-Earners. *Journal Of Women & Health*, 41 (2), 43-62
- Huppert, F. A. 2009. Psychological Well-Being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Journal Compilation Applied Psychology: Health and Well-Being* 1,2, 137-164
- Liwarti. 2013. Hubungan Pengalaman Spiritual dengan *Psychological Well-being* pada Penghuni Lembaga Pemasarakatan, *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, 1 (1), 77-88
- Monks, F.J., Knoers, A. M. P., Aditono, S. R. 2004. *Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Gadjah Mada University Press: Yogyakarta
- Prawitasari, J.E. 2012. Psikologi Terapan: Melintas Batas Disiplin Ilmu. Erlangga: Jakarta
- Ryff, C. D. 1989. Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57(2),1069-1081
- Ryff, C.D., Keyes, C.L. 1995. The Structure of Psychological Well-being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727
- Ryff, C.D. & Singer B. 1996. Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychoter Psychosom*, 65, 14-23
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia

- Tonsing, K., Gregory D. Zimet, dan Samson Tse. 2012. Assessing social support among South Asians: The multidimensional scale of perceived social support. *Asian Journal of Psychiatry*, 5, 164–168
- Wardhani, D.T. 2012. *Burnout* Di Kalangan Guru Sekolah Luar Biasa Di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi UNDIP*, 11 (1), 73-82
- Zimet, G.D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., Farley, G. K. 1988. The Multidimensional Scale of Preceived Social Support. *Journal Of Personality Assessment*, 52 (1), 30-41