

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah gambaran kebahagiaan pada guru anak berkebutuhan khusus di SPI merupakan sebuah konstruk yang bersifat kompleks dan dipengaruhi banyak hal. Dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan yang dialami oleh guru anak berkebutuhan khusus (ABK) bukanlah sebuah keadaan emosional yang statis, melainkan sebuah proses dinamis yang secara aktif diciptakan dan dipertahankan. Proses ini berawal dari Dorongan Internal yang kuat, seperti panggilan jiwa dan empati, yang kemudian diperkokoh oleh Pengalaman profesional. Fondasi ini membentuk seperangkat Strategi Kerja yang canggih, yang tidak hanya mencakup teknik mengajar tetapi juga kemampuan mengelola diri melalui Mekanisme Koping yang matang untuk menghadapi berbagai Tantangan dan Hambatan. Dalam perjuangan ini, kebahagiaan mereka ditopang oleh Faktor Kebahagiaan yang krusial, terutama yang bersumber dari interaksi dengan anak didik dan dukungan dari lingkungan kerja yang positif. Pada akhirnya, kebahagiaan yang dirasakan terwujud sebagai sebuah kondisi yang utuh dan matang, ditandai oleh perasaan bangga, rasa syukur, dan Penerimaan Diri. Lebih jauh lagi, temuan paling khas dari penelitian ini adalah bahwa regulasi diri yang sadar telah bergeser menjadi sebuah kompetensi profesional inti, bukan lagi sekadar strategi penunjang. Bagi para guru ini, kemampuan mengelola kondisi emosional diri adalah alat kerja fundamental yang menyatu dengan praktik mengajar, di mana kesejahteraan

emosional menjadi prasyarat sekaligus sarana untuk memberikan pendidikan yang terbaik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat, baik secara praktis maupun untuk penelitian selanjutnya.

1. Saran Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan: Mengingat betapa krusialnya peran lingkungan yang suportif, sekolah atau lembaga pendidikan penyelenggara pendidikan khusus disarankan untuk secara aktif membangun sistem dukungan yang kuat bagi para guru ABK. Ini dapat berupa fasilitasi forum berbagi (*peer support group*), program mentoring, serta memberikan pelatihan yang tidak hanya berfokus pada metode mengajar, tetapi juga pada pengembangan keterampilan regulasi emosi dan manajemen stres sebagai bagian dari pengembangan kompetensi profesional.
- b. Bagi Guru Anak Berkebutuhan Khusus: Para guru (baik yang sedang bertugas maupun calon guru) disarankan untuk secara sadar mengenali dan mengembangkan strategi regulasi diri masing-masing. Memahami bahwa menjaga kesejahteraan emosional adalah bagian dari

profesionalisme dapat membantu mereka lebih tangguh dalam menghadapi tantangan dan menemukan kepuasan yang lebih dalam pada profesi yang mulia ini.

2. Saran untuk Penelitian Selanjutnya

- a. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan pendekatan kuantitatif untuk mengukur hubungan antara strategi regulasi diri tertentu dengan tingkat kepuasan kerja, kebahagiaan, atau tingkat burnout pada populasi guru ABK yang lebih besar.
- b. Dapat dilakukan penelitian longitudinal untuk melihat bagaimana dinamika kebahagiaan dan strategi regulasi diri pada guru ABK berkembang seiring dengan bertambahnya masa kerja dan pengalaman mereka.
- c. Meneliti pengembangan dan efektivitas sebuah modul pelatihan yang dirancang khusus untuk meningkatkan "regulasi diri sebagai kompetensi profesional" bagi para guru ABK dapat menjadi topik penelitian terapan yang sangat bermanfaat.