

Hubungan antara Ketangguhan dan Kesejahteraan Psikologis pada Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Malang

Dewi Zahara, Yudi Tri Harsono*

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: dewi.zahara.1908116@students.um.ac.id

Abstract

The purpose of this study was to examine the relationship between hardiness and the psychological well-being of special needs school teachers in Malang City. This study used a quantitative method with a correlational type with a sample of 163 special school teachers in Malang City. The sampling technique used in this study was a non-probability sampling technique with a purposive sampling type. The scale used is Kobasa's Dispositional resilience scale (DRS-45) (1979) which was later modified by Bartone (1995) and adapted by Muhammad Haidar Rizky (2022) to measure hardiness and Ryff's Scales of Psychological Well-Being which has been adapted by Eva & Bisri (2018) to measure psychological well-being. Hypothesis testing in this study used the Pearson correlation test. The results showed that hardiness has a relationship with psychological well-being in special education teachers in Malang City ($r = 0.448$ and $p\text{-value} = 0.000000020754$). Based on the results of this study, it can be concluded that the higher the hardiness, the higher the psychological well-being of special education teachers in Malang City.

Keywords: Hardiness, Psychological Well-being, Special Needs School Teachers

Abstrak

Tujuan penelitian ini ialah menguji hubungan antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis pada guru Sekolah Luar Biasa di Kota Malang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis korelasional dengan sampel sebanyak 163 guru SLB di Kota Malang. Teknik sampling yang dipilih di penelitian ini berupa teknik non probability sampling dengan jenis *purposive sampling*. Skala yang digunakan yaitu *Dispositional Resilience Scale* (DRS-45) milik Kobasa (1979) yang kemudian dimodifikasi oleh Bartone (1995) dan diadaptasi oleh Muhammad Haidar Rizky (2022) untuk mengukur ketangguhan dan Ryff's *Scales of Psychological Well-Being* yang telah diadaptasi oleh Eva & Bisri (2018) untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Uji hipotesis di penelitian ini memakai uji korelasi pearson. Hasil penelitian membuktikan bahwasanya ketangguhan memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis pada guru SLB di Kota Malang ($r = 0,448$ dan $p\text{ value} = 0,000000020754$). Berdasarkan hasil penelitian ini, bisa ditarik kesimpulan bahwasanya semakin tinggi ketangguhan, maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis pada guru SLB di Kota Malang.

Kata kunci: Ketangguhan, Kesejahteraan Psikologis, Guru Sekolah Luar Biasa

1. Pendahuluan

Sekolah Luar Biasa (SLB) didefinisikan sebagai suatu lembaga pendidikan bagi anak dengan kebutuhan khusus yang memiliki tujuan supaya memberi kesempatan pada anak untuk mendapat pendidikan (Pramartha, 2015). SLB memiliki peran dalam mengajarkan dan membentuk kemampuan sosialisasi, kemandirian, dan perilaku adaptif yang sesuai dengan lingkungannya. Hal ini juga membantu mereka untuk belajar memahami dunia sekitarnya. Oleh sebab itu anak berkebutuhan khusus juga berhak mendapat pendidikan. Pernyataan tersebut sesuai dengan Pasal 31 UUD 1945 yang mengatur hak atas pendidikan di Indonesia. Pasal ini menyebutkan bahwasanya semua warga negara berhak mendapatkan pendidikan. Selain itu, pendidikan dasar wajib diikuti oleh semua warga negara, dan negara bertanggung jawab untuk membiayainya. Dengan demikian, semua anak termasuk anak berkebutuhan khusus (ABK), mempunyai hak yang setara untuk mendapatkan pendidikan.

ABK merupakan anak yang mengalami gangguan emosi, fisik, intelegensi, serta mental memerlukan pembelajaran khusus karena kesulitan menyesuaikan diri di sekolah umum (Atmaja, 2017). Hal ini membuat anak dengan kebutuhan khusus memerlukan tenaga pendidik atau guru yang profesional dan memiliki kapabilitas dalam memahami perilaku ABK sehingga mampu mengimbangi keterbatasan mereka. Selain mengajar, peranan lain guru SLB juga membimbing dan mengawasi siswa dengan penanganan khusus (Sihotang & Febriyanti, 2020). Dalam penelitian lain, tuntutan pekerjaan yang dimiliki guru SLB berada pada tingkat tekanan yang lebih besar daripada guru pendidikan di sekolah umum (Eichinger, 2004).

Pada guru SLB dibutuhkan kurang lebih 60% keterampilan dalam mendidik ABK dibandingkan dengan guru di sekolah umum (Dewi & Hakim, 2018). Dibutuhkan pribadi yang memiliki kesabaran, keuletan, rasa ikhlas, dan tangguh sebagai guru SLB. Pekerjaan sebagai guru SLB dipandang oleh sebagian besar masyarakat sebagai pekerjaan yang sulit untuk dilakukan. Menurut Carolina (dalam Hayati, 2015) guru yang menghadapi siswa dengan kebutuhan khusus cenderung mudah dalam mengalami stres yang memicu penurunan terhadap kualitas kesejahteraan psikologis. Pada penelitian Firmansyah & Widuri (2014) dan penelitian Zahwa (2017) menunjukkan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis pada guru SLB masih pada tingkat yang rendah. Hal ini ditunjukkan berdasarkan wawancara pada salah satu guru SLB di Malang mengalami kurangnya kemampuan dalam menguasai lingkungan, hal ini dikarenakan beberapa tuntutan baik dari kurikulum pendidikan maupun tuntutan dari orang tua murid. Pada kurikulum pendidikan guru SLB dituntut agar siswa di SLB mencapai kemampuan yang seharusnya dimiliki pada tahapan usianya. Namun terdapat sejumlah anak yang belum dapat mencapai pengetahuan sesuai dengan usianya. Selanjutnya harapan orang tua pada anak agar segera mampu menguasai pengetahuan lebih cepat, sedangkan pengetahuan pada ABK dapat mengalami peningkatan atau penurunan yang tidak stabil apabila tidak rajin menghadiri sekolah.

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu yang mampu menerima diri, membangun hubungan sosial, mandiri, mengendalikan lingkungan, mencapai tujuan hidup, dan mengaktualisasikan potensi diri (Ryff, 2014). Menurut Aspinwall (2002) kesejahteraan psikologis digambarkan dengan kondisi psikologis positif serta berfungsi optimal (Ramadhani, dkk, 2016). Terdapat 6 dimensi pada kesejahteraan psikologis dari Ryff, berupa: otonomi, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang, tujuan dalam hidup, penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan diri (Compton & Hoffman, 2019).

Kesejahteraan psikologis ditunjukkan dengan individu yang dapat menghadapi tekanan dan masalah serta memiliki kondisi mental yang berfungsi maksimal. Menurut beberapa penelitian, tingkat kesejahteraan psikologis dapat diprediksi oleh kepribadian ketangguhan (Skomorovsky & Sudom, 2011; Rizvi, 2016; dan Dehnavi dkk., 2017 dalam Pambudi & Rusnawati, 2022). Ketangguhan merupakan pola sikap individu dalam menghadapi keadaan stres dan diubah menjadi peluang untuk tumbuh dan berkembang (Maddi, dkk., 2009). Terdapat tiga komponen dalam pembentukan ketangguhan menurut Kobasa (dalam Jimenez., dkk, 2014), yakni berupa komitmen, kontrol, serta tantangan. Individu yang kuat dalam sikap komitmen akan cenderung berpartisipasi daripada menarik diri. Individu yang kuat dalam sikap kontrol menganggap bahwa dengan usaha, individu akan merasa dapat memengaruhi di sekitarnya daripada merasa tidak berdaya dalam menghadapi keadaan. Individu yang kuat dalam sikap tantangan mempercayai bahwa kepuasan tidak didapat dalam rasa nyaman, aman, dan rutinitas yang mudah untuk dilakukan, melainkan adanya pertumbuhan dalam

kebijaksanaan yang berkelanjutan melalui pengalaman negatif maupun positif yang dipelajari dalam kehidupan (Maddi, dkk., 2006). Penurunan kesejahteraan psikologis dalam situasi stres dapat dicegah oleh kepribadian ketangguhan sebagai prediktor kinerja yang baik (Epishin, dkk., 2021). Dalam kata lain, kualitas kesejahteraan psikologis guru SLB mampu diprediksi oleh ketangguhan mereka.

Penelitian Rachmawati (2022); Prambudi & Ruswati (2022); Ausie, Wardani, Selly (2017) menunjukkan adanya hubungan positif antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis pada individu. Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, maka penelitian ini penting dilangsungkan guna menguji hubungan antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis pada guru SLB di Kota Malang. Hipotesis dalam penelitian ini adalah: H0: Tidak terdapat hubungan antara ketangguhan dan kesejahteraan psikologis pada Guru SLB di Kota Malang. H1: Terdapat hubungan antara ketangguhan dan kesejahteraan psikologis pada Guru SLB di Kota Malang.

2. Metode

Jenis penelitian yang dilakukan berupa penelitian kuantitatif melalui metode korelasional, sekaligus menggunakan analisis statistik untuk melihat hubungan antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis pada guru SLB di Kota Malang. Subjeknya yaitu guru pada beberapa SLB di Kota Malang. Adapun kriteria subjek penelitian ini yaitu:

1. berusia 20-65 tahun;
2. aktif berinteraksi dengan ABK;
3. bersedia menjadi subjek penelitian

Teknik sampling yang dipilih pada penelitian ini berupa *non probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Pengukurannya menggunakan metode *summated rating* atau skala Likert, yakni suatu alat untuk mengukur pendapat, persepsi, serta sikap individu atau kelompok mengenai fenomena sosial (Sugiyono, 2012). Skala terdiri dari dua jenis pernyataan: *favorable* (positif atau mendukung variabel) serta *unfavorable* (negatif atau tidak mendukung variabel) (Azwar, 2015).

Dalam mengukur kesejahteraan psikologis pada guru SLB di Kota Malang menggunakan skala Ryff's *Scales of Psychological Well-Being* yang diadaptasi dari Eva & Bisri (2018). Tujuan dari pengembangan alat ukur ini adalah melihat gambaran kesejahteraan psikologis pada individu berdasarkan dimensi-dimensi di dalamnya. Adapun jumlah item pada skala ini yakni 42 item melalui 7 alternatif jawaban yang digunakan, berupa Sangat Tidak Setuju Sekali, Sangat Tidak setuju, Sedikit Tidak Setuju, Netral, Sedikit Setuju, Setuju Sekali, serta Sangat Setuju Sekali.

Alat ukur kedua yaitu *Dispositional Resilience Scale* (DRS-45) milik Kobasa (1979) yang dimodifikasi oleh Bartone (1995) serta diadaptasi dari Muhammad Haidar Rizky (2022). Adapun tujuan pada alat ukur ini adalah untuk melihat gambaran kepribadian ketangguhan dari individu berdasarkan komponen-komponen di dalamnya. Adapun jumlah item pada skala ini sebanyak 45 item dengan 4 opsi jawaban, berupa Tidak Sesuai, Sedikit Sesuai, Sesuai, serta Sangat Sesuai.

Analisis yang dipakai pada penelitian ini tersusun atas analisis deskriptif yang dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai fenomena terkait dan analisis inferensial yang digunakan untuk mendapatkan kesimpulan populasi secara umum berdasarkan sampel yang didapat. Adapun pengolahan data penelitian ini dibantu melalui program SPSS versi 26.

3. Hasil dan Pembahasan

Adapun subjek di penelitian ini yaitu guru di sembilan Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Malang sebanyak 163 partisipan. Berikut tabel gambaran umum usia pada responden.

Tabel 1. Gambaran Subjek Penelitian dengan Kategori Jenis Usia

| Usia | Frekuensi | Persentase (%) |
|---------------|-----------|----------------|
| < 21 Tahun | 2 | 1.23 |
| 21 – 30 Tahun | 34 | 20.86 |
| 31 – 40 Tahun | 35 | 21.47 |
| 41 – 50 Tahun | 32 | 19.63 |
| 51 – 60 Tahun | 60 | 36.81 |
| Jumlah | 163 | 100 |

Diketahui dari 163 responden diperoleh yang berusia kurang dari 21 tahun sebanyak 2 orang (1,23%), usia 21-30 tahun sebanyak 34 orang (20,86%), usia 31-40 tahun = 35 orang (21,47%), usia 41-50 tahun = 32 orang (19,63%), usia 51-60 tahun = 60 orang (36,81%).

Berikut ini merupakan hasil deskriptif statistik skor ketangguhan dan kesejahteraan psikologis pada Guru SLB di Kota Malang.

Tabel 2. Deskripsi Data Variabel Penelitian

| Variabel | Statistik | Hipotetik | Empirik |
|---------------------------------|----------------|-----------|---------|
| Ketangguhan | Minimum | 0 | 45 |
| | Maximum | 135 | 114 |
| | Mean | 67.5 | 68.61 |
| | Std. Deviation | 11.25 | 13.70 |
| Kesejahteraan Psikologis | Minimum | 42 | 106 |
| | Maximum | 294 | 241 |
| | Mean | 168 | 174.51 |
| | Std. Deviation | 42 | 24.33 |

Tabel 3. Kategorisasi Subjek Skala Ketangguhan

| Variabel | Daerah Keputusan | Kategori | Jumlah Subjek | Persentase (%) |
|--------------------|------------------------|----------|---------------|----------------|
| Ketangguhan | $X < 56,25$ | Rendah | 23 | 14.1 |
| | $56,25 \leq X < 78,75$ | Sedang | 104 | 63.8 |
| | $78,75 \leq X$ | Tinggi | 36 | 22.1 |

Tabel tersebut menunjukkan tingkat ketangguhan subjek penelitian. Dari 163 orang, 36 orang (22,1%) memiliki tingkat ketangguhan tinggi, 104 orang (63,8%) memiliki tingkat ketangguhan sedang, dan 23 orang (14,1%) memiliki tingkat ketangguhan rendah.

Tabel 4. Kategorisasi Subjek Skala Kesejahteraan Psikologis

| Variabel | Daerah Keputusan | Kategori | Jumlah Responden | Persentase (%) |
|---------------------------------|--------------------|----------|------------------|----------------|
| Kesejahteraan Psikologis | $X < 126$ | Rendah | 4 | 2.5 |
| | $126 \leq X < 210$ | Sedang | 138 | 84.7 |
| | $210 \leq X$ | Tinggi | 21 | 12.9 |

Tabel tersebut menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis subjek penelitian. Dari 163 orang, 4 orang (2,5%) memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah, 138 orang (84,7%) memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang, dan 21 orang (12,9%) memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi.

Uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov) dilakukan untuk mengevaluasi apakah data berdistribusi normal. Jika taraf signifikansi di atas α (0,05), datanya dianggap normal. Berikut hasil pengujiannya:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

| Variabel | Kolmogorov-Smirnov | Signifikansi | Bentuk Distribusi |
|--------------------------|--------------------|--------------|-------------------|
| Ketangguhan | 0.069 | 0.053 | Normal |
| Kesejahteraan Psikologis | 0.038 | 0.200 | |

Nilai statistik Kolmogorov-Smirnov untuk variabel ketangguhan adalah 0.069, dengan nilai signifikansi 0.053, menunjukkan distribusi normal ($p > 0.05$). Sementara variabel kesejahteraan psikologis memiliki nilai 0.038, dengan signifikansi 0.200, juga menunjukkan distribusi normal ($p > 0.05$).

Uji koefisien korelasi Pearson dipakai dalam pengujian hubungan antara dua variabel dengan skala dan rasio data yang memenuhi asumsi normalitas. Nilai korelasi (r) berkisar antara -1 hingga 1. Semakin mendekati 1 maupun -1 menunjukkan hubungan yang kuat, sedangkan mendekati 0 menunjukkan hubungan yang lemah. Berikut hasil uji korelasi dari dua variabel penelitian.

Tabel 6. Uji Hipotesis

| Hubungan Variabel | r Pearson | P | Keterangan |
|---------------------------|-----------|-----------------|------------|
| Ketangguhan-Kesejahteraan | 0.448 | 0.0000000020754 | Signifikan |

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan hubungan antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis guru SLB di Kota Malang ($r = 0,406$, $p < 0,00000163$). Hubungan ini positif, artinya semakin tinggi ketangguhan, semakin meningkatkan kesejahteraan psikologis guru SLB di Kota Malang.

Berdasarkan hasil dari pengujian deskriptif, pada variabel ketangguhan menunjukkan mean empirik dengan hasil yang melebihi mean hipotetik. Hal itu memperlihatkan tingkat ketangguhan pada guru SLB di Kota Malang cenderung tinggi. Diketahui pada tabel kategorisasi ketangguhan, terdapat sebanyak 14,1% guru SLB dengan kategori rendah, kemudian terdapat sebanyak 63,8% guru SLB dengan kategori sedang, dan terdapat sebanyak 22,1% guru SLB dengan kategori tinggi.

Adapun faktor-faktor yang dapat memengaruhi tingkat ketangguhan pada individu. Seperti yang dipaparkan oleh Bissonnete (dalam Rizky & Harsono, 2022). Faktor pertama yaitu penguasaan pengalaman, individu akan menguji kemampuannya dalam menghadapi kesulitan dan dalam pemecahan masalah. Pengalaman ini mampu mengembangkan ketangguhan pada individu. Faktor kedua yaitu perasaan yang positif. Pada orang tua ketika memiliki hubungan positif, kasih sayang, kehangatan, serta pemenuhan kebutuhan terbaik bagi anak dapat memberikan dampak baik untuk perkembangan ketangguhan. Faktor ketiga yaitu pola asuh orang tua. Menanamkan optimisme pada anak-anak dapat meningkatkan ketangguhan dan memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan anak (Brooks dalam Bissonnete, 1998).

Faktor-faktor tersebut juga didukung berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru SLB di Kota Malang yang menunjukkan bahwa adanya dimensi-dimensi dalam pembentukan ketangguhan. Dalam wawancara tersebut, guru menyebutkan bahwa ia menghadapi tantangan dalam mengajar siswa SLB namun tidak mematahkan semangat dan sikap optimis dalam memberi ilmu yang bermanfaat bagi siswa SLB. Hal ini dikarenakan

individu dengan ketangguhan memiliki komitmen dan kontrol masalah sehingga dapat menguatkan diri dalam menghadapi tantangan yang dihadapi.

Menurut hasil dari pengujian deskriptif yang telah dilakukan, pada variabel kesejahteraan psikologis menunjukkan mean empirik dengan hasil yang melebihi mean hipotetik. Hal itu memperlihatkan tingkat kesejahteraan psikologis pada guru SLB di Kota Malang cenderung tinggi. Diketahui pada tabel kategorisasi kesejahteraan psikologis, terdapat sebanyak 2,5% guru SLB dengan kategori rendah, kemudian terdapat sebanyak 84,7% guru SLB dengan kategori sedang, dan terdapat sebanyak 12,9% guru SLB dengan kategori tinggi.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis dalam penelitian Eva & Bisri (2018). Faktor pertama yaitu dukungan sosial. Menurut Lazarus (1993), dukungan sosial merupakan ungkapan dan perilaku yang mendukung antar individu yang memiliki keterikatan. Dukungan sosial yang didapat dari individu akan memberikan gambaran kesejahteraan psikologis individu. Kedua yaitu status sosial ekonomi, Piquart & Sorenson (2000) menyebutkan dalam hal ini kesejahteraan psikologis individu dapat dipengaruhi oleh penghasilan dalam keluarga, tingkat pendidikan, keberhasilan dalam pekerjaan, dan status sosial di masyarakat.

Faktor ketiga yaitu jaringan sosial, berkaitan dengan aktivitas sosial yang dilakukan oleh individu untuk menjaga kualitas hubungan sosial dalam lingkungan akan mengurangi konflik dan meningkatkan kesejahteraan psikologis (Wang & Kanungo, 2004). Faktor keempat yaitu religiusitas, kesejahteraan psikologis berhubungan positif dengan religiusitas dengan aktivitas keagamaan yang dilakukan oleh individu (Wink & Dillon, 2003). Faktor kelima yaitu kepribadian. Warr (2011) menyebutkan bahwa individu yang mempunyai kompetensi pribadi dan sosial seperti penerimaan diri, menjalin hubungan yang baik dengan lingkungan, memiliki coping skill akan cenderung terhindar dari konflik dan stress yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Faktor-faktor tersebut juga didukung hasil wawancara dengan salah satu guru SLB di Kota Malang yang menunjukkan adanya dimensi-dimensi dalam pembentukan kesejahteraan psikologis. Guru tersebut mengatakan bahwa sudah menerima kelebihan dan kekurangan yang ia miliki, juga menganggap pentingnya menjaga hubungan baik dengan orang terdekat dan menjalin hubungan baik dengan lingkungan kerja yaitu sebagai sesama guru SLB di Kota Malang.

Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilaksanakan, adanya hubungan positif signifikan antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis pada guru SLB di Kota Malang. Diketahui bahwasanya hipotesis di penelitian ini diterima berdasarkan pada hasil analisis data dengan nilai koefisien (r) 0,448 dengan signifikansi (p) = 0,000000020754. Hal tersebut membuktikan bahwasanya adanya korelasi positif antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis. Sehingga semakin kuat ketangguhan, maka semakin meningkatkan kesejahteraan psikologis guru SLB di Kota Malang.

Guru SLB yang memiliki ketangguhan yang tinggi, dapat menghadapi kondisi yang penuh tekanan dengan tindakan yang bermakna, dan mengubah keadaan menjadi peluang untuk pertumbuhan pribadi sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis. Sementara guru SLB yang memiliki ketangguhan yang rendah akan merasakan ketidakberdayaan dalam menghadapi keadaan yang penuh tekanan sehingga tidak mampu

menggunakan kesempatan yang ada untuk menjadikan peluang. Hal ini akan menyebabkan penurunan terhadap kesejahteraan psikologis individu. Sejalan dengan hasil penelitian Rachmawati (2022), menunjukkan bahwa ketangguhan merupakan salah satu prediktor dalam pembentukan kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pambudi (2022), bahwasanya ketangguhan memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis siswa. Semakin tinggi tingkat ketangguhan, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis siswa. Demikian pula, penelitian Latifun & Indriana (2019) menemukan hubungan positif antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik dapat mengelola aktivitas sehari-hari dengan baik. Bagi guru SLB, kesejahteraan psikologis yang mencukupi juga penting untuk menjalani tugas dengan baik.

Dalam menjalani pekerjaannya, guru SLB menghadapi tuntutan dari orang tua siswa agar siswa mampu berprestasi, apabila guru SLB mampu mengontrol diri dan hambatan emosional, maka akan mampu beradaptasi dalam menjalankan pekerjaannya. Hal tersebut selaras pada penelitian Wardani (2020), individu yang memiliki ketangguhan memberikan peran langsung bagi perkembangan psikologis. Individu dengan ketangguhan memiliki kemampuan dalam mengatasi hambatan emosional dan perilaku bersamaan dengan kemampuan adaptasi dengan tuntutan yang dihadapi. Selanjutnya penelitian milik Sagone & Caroli (2014), menunjukkan adanya hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan ketangguhan dalam psikologi positif pada perkembangan manusia.

Selanjutnya, berdasarkan penelitian yang dilakukan Rachmawati (2022) menunjukkan adanya hubungan positif antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis pada individu. Menurut Skomorovsky & Sudom (2011), ketangguhan mempunyai hubungan dalam peningkatan kesejahteraan psikologis dan tingkat stres yang rendah pada individu. Hal ini dikarenakan dalam situasi yang penuh tekanan dan berat, individu akan menghadapinya dengan sejumlah sikap yang dapat mendorong diri supaya tetap bertahan dan meyakini diri bahwa individu tersebut memiliki kemampuan yang memadai. Begitu pula dengan situasi yang dihadapi oleh guru SLB dalam menjalani pekerjaannya. Dengan adanya ketangguhan, maka akan memunculkan motivasi dalam diri untuk bertahan dalam menghadapi situasi yang penuh dengan tekanan.

4. Simpulan

Hasil penelitian ini memperlihatkan tingkat ketangguhan dan kesejahteraan psikologis pada guru SLB di Kota Malang cenderung sedang. Selanjutnya hasil penelitian ini membuktikan adanya hubungan antara ketangguhan dengan kesejahteraan psikologis pada Guru SLB di Kota Malang yang berarti semakin tinggi ketangguhan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis guru SLB.

Diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat memberikan rentang usia yang lebih spesifik berdasarkan tahapan usianya. Kemudian penelitian selanjutnya dapat menambah variabel yang dapat bertindak menjadi variabel independen. Lalu diharapkan dapat menambah lebih banyak sampel untuk mendapat hasil yang lebih akurat dan dapat digeneralisasikan.

Daftar Rujukan

- Atmaja, J. R. (2017). Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Aspinwall, L.G. (2002). *A psychology of Human Strengths*. Washington: American Psychological Association
- Ausie, R. K., Wardani, R., & Selly, S. (2017). Hubungan antara *Hardiness* dan Kesejahteraan Psikologis pada Calon Bintara Korps Wanita Angkatan Darat (KOWAD) di Pusat Pendidikan KOWAD Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(3), 209-219. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i3.758>
- Azwar, S. (2015). Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bissonnete, M. (1998). *Optimism, Hardiness, and Resiliency : A Review of The Literature*. Prepared for The Child and Family Partnership Project
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2019). *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*. Sage Publications.
- Dehnavi, S. R., Heidarian, F., Ashtari, F., Shaygannejad, V., & Kookhdan, F. R. (2017). *Relationship between hardiness and psychological well being in people with multiple sclerosis and normal group*. *MEJDS*, 7(55), 1-6.
- Dewi, I. S. A., Hakim, S. N., & Psi, S. (2018). Kesejahteraan Subjektif pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) BC (*Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Eichinger, J. (2000). *Job stress and satisfaction among special education teachers: Effects of gender and social role orientation*. *International journal of disability, development and education*, 47(4), 397-412. <https://doi.org/10.1080/713671153>
- Epishin, V., Salikhova, A., Bogacheva, N., Bogdanova, M., & Kiseleva, M. (2021). *Mental Health and the COVID-19 Pandemic: Hardiness and Meaningfulness Reduce Negative Effects on Psychological Well-Being*.
- Eva, N., Bisri, M. (2018). Dukungan Sosial, Religiusitas, dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Cerdas Istimewa. Perkembangan Masyarakat Indonesia Terkini Berdasarkan Pendekatan Biopsikososial. Paper presented at the Hotel Santika Premiere, Malang, 26 August (101-112). Malang: Universitas Negeri Malang
- Firmansyah, I., & Widuri, E. L. (2014). *Subjective well-being pada guru sekolah luar biasa (SLB) (Doctoral dissertation*, Universitas Ahmad Dahlan).
- Hayati, R., Widyana, R., & Sholichah, M. (2016). Terapi tawa untuk menurunkan kecenderungan *burnout* pada guru pendamping anak berkebutuhan khusus. *Humanitas*.
- Jimenez, B. M., Munoz, A. R., Hernandez, E. G., & Blanco, L. M. (2014). *Development and validation of the occupational hardiness questionnaire*. *Scientific Journal*. 26(2), 207-214
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2021). Indonesia Punya 2250 Sekolah untuk Anak Berkebutuhan Khusus
- Latifun, M., & Indriana, Y. (2019). Hubungan antara *Hardiness* dengan *Psychological Well-Being* pada Siswa Santri Madrasah Aliyah 1 Yayasan Pondok Pesantren Futuhiyyah Mranggen Kabupaten Demak. *Jurnal Empati*, 8(2), 425-430.
- Lazarus, R. S. (1993). *Coping theory and research: past, present, and future*. *Psychosomatic medicine*, 55(3), 234-247.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. H., Persico, M., & Brow, M. (2006). *The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance*. *Journal of Personality*, 74, 575-598.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Fazel, M., & Resurreccion, N. (2009). *The personality construct of hardiness, IV: Expressed in positive cognitions and emotions concerning oneself and developmentally relevant activities*. *Journal of Humanistic Psychology*, 49(3), 292-305.
- Pambudi, B. (2022). Hubungan Antara *Hardiness* Dan *Psychological Well Being* Pada Siswa Kelas 11 Sma Negeri 2 Kota Magelang. *Jurnal Empati*, 11(01), 44-49.
- Pinquart M, Sorenson S. (2000). *Influences of socioeconomic status, social network and competence on subjective well-being in later life: a meta analysis*. *Psychol Aging* 15(2):187–224
- Pramartha, I. N. B. (2015). Sejarah Dan Sistem Pendidikan Sekolah Luar Biasa Bagian a Negeri Denpasar Bali. *HISTORIA: Jurnal Program Studi Pendidikan Sejarah*, 3(2), 67–74.

- Rachmawati, R. A. (2022). *Hardiness Sebagai Moderator Pengaruh Psychological Distress Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Paud (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang)*.
- Ramadhani, T., Djunaidi, & Sismiati, A. (2016). Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) siswa yang orang tuanya bercerai (Studi deskriptif yang dilakukan pada siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 5 (1), 108 - 115.
- Rizky, M. H., & Harsono, Y. T. (2022). Hubungan antara hardiness dengan burnout pada anggota himpunan pengusaha muda cabang Kota Malang. *Flourishing Journal*, 2(3), 166-171.
- Rizvi, T. (2016). *A study of relationship between hardiness and psychological well being in university students*. *Int. J. Adv. Res.* 4(11), 2340-2343.
- Ryff, C. D. (1989). *Choosing Wisely campaign builds momentum*. *American Journal of Managed Care*, 57(6), 1069–1081
- Ryff CD. (1991) *Possible selves in adulthood and old age: a tale of shifting horizons*. *Psychol Aging*
- Sagone, E., & Caroli, M. E. D. (2014). *Relationships between psychological well-being and resilience in middle and late adolescents*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 881–887. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.05.154
- Sihotang, Y. O., & Febriyanti, D. A. (2020). Hubungan antara *Hardiness* dengan *Emotional Labor* pada guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Semarang. *Jurnal Empati*, 8(4), 731-738.
- Skomorovsky, A., & Kerry, S. (2011). *Psychological well-being of canadian forces officer candidates: The unique roles of hardiness and personality*, *Military Medicine*, 176, 389-396.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wang, X., & Kanungo, R. N. (2004). *Nationality, social network and psychological well-being: Expatriates in China*. *The International Journal of Human Resource Management*, 15(4-5), 775-793.
- Wardani, R. (2020). Academic hardiness, skills, and psychological well-being on new student. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 188-200
- Warr, P. (2011). *Work, happiness, and unhappiness*. *Psychology Press*.
- Wink, P., & Dillon, M. (2003). *Religiousness, spirituality, and psychosocial functioning in late adulthood: findings from a longitudinal study*. *Psychology and aging*, 18(4), 916.
- Zahwa, V. L. (2017). Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis pada Guru SLB di Yogyakarta.