

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan aspek penting dalam perkembangan setiap individu, termasuk mereka yang memiliki kebutuhan khusus. Dalam hal mendukung kesejahteraan anak berkebutuhan khusus, dengan fokus pada dimensi kesejahteraan psikologis yang merupakan hal penting bagi ABK adalah untuk menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengatur perilaku diri sendiri, mengevaluasi diri dengan standard pribadi, memiliki penguasaan lingkungan atau akses yang memadai akan sumber-sumber kehidupan, memiliki tujuan hidup yang bermakna, dan mampu mengendalikan diri dengan lingkungan dan terus berkembang secara personal.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kesejahteraan psikologis anak berkebutuhan khusus di UPT SLB E Negeri Pembina Tingkat Provinsi Sumatera Utara, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis pada ketiga subjek penelitian menunjukkan dinamika atau variasi yang berbeda pada setiap dimensi. Setiap subjek penelitian atau anak berkebutuhan khusus memiliki pengalaman yang berbeda dalam menghadapi tantangan sehari-hari, namun secara umum, faktor-faktor seperti dukungan sosial dari keluarga dan guru, lingkungan sekolah yang mendukung, serta tingkat kemandirian individu berperan penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis mereka.

Adapun hasil analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis anak berkebutuhan khusus dalam penelitian ini jika dilihat dari enam dimensi utama melalui pengumpulan data observasi, wawancara, dan studi dokumentasi, maka dapat diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Penerimaan diri (*self-acceptance*):

Dari ketiga subjek penelitian, menunjukkan tingkat penerimaan diri yang beragam. Beberapa subjek mampu menerima kondisi mereka dengan baik dan tetap memiliki rasa percaya diri, sementara yang lain masih menghadapi kesulitan dalam menerima keterbatasan yang dimiliki. Faktor yang berpengaruh dalam penerimaan diri ini antara lain adalah dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar. Adapun hasil penelitian mengenai dimensi penerimaan diri pada anak berkebutuhan khusus menunjukkan variasi yang dipengaruhi oleh jenis kebutuhan khusus dan tingkat dukungan yang diterima. Anak-anak dengan dukungan sosial yang lebih baik, baik dari guru, keluarga, maupun teman sebaya, menunjukkan penerimaan diri yang lebih rendah. Namun, hambatan seperti rasa percaya diri yang rendah, kesulitan komunikasi, dan stigma sosial sering kali menjadi tantangan yang signifikan. Secara umum, interaksi yang konsisten dan lingkungan yang mendukung menjadi kunci untuk meningkatkan penerimaan diri pada anak berkebutuhan khusus.

2. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*):

Anak-anak berkebutuhan khusus di sekolah ini umumnya memiliki hubungan sosial yang baik, terutama dengan guru dan keluarga. Keberadaan teman sebaya yang mendukung juga menjadi faktor penting

dalam membangun hubungan yang positif. Namun, dalam beberapa kasus, ada subjek yang mengalami hambatan dalam menjalin komunikasi atau interaksi sosial. Adapun hasil penelitian mengenai kemampuan anak berkebutuhan khusus dalam membangun hubungan positif dengan orang lain sangat bergantung pada kemampuan komunikasi dan dukungan sosial yang mereka terima. Anak-anak yang mendapatkan pendekatan individual dan dukungan dari lingkungan sekolah cenderung lebih mampu menjalin hubungan sosial yang sehat dan memuaskan. Sebaliknya, keterbatasan dalam komunikasi sering kali menghambat kemampuan mereka untuk berinteraksi secara efektif dengan orang lain.

3. Kemandirian (*Autonomy*):

Tingkat kemandirian pada anak berkebutuhan khusus bervariasi, tergantung pada jenis kebutuhan khusus dan tingkat dukungan yang diberikan. Anak-anak yang menjalani rutinitas yang terstruktur dan mendapatkan bimbingan yang konsisten menunjukkan tingkat kemandirian yang lebih baik dalam aktivitas sehari-hari. Namun, sebagian besar anak masih memerlukan bantuan dalam tugas-tugas yang lebih kompleks dan pengambilan keputusan independen. Adapun hasil penelitian tingkat kemandirian anak berkebutuhan khusus di sekolah ini bervariasi tergantung pada jenis dan tingkat kebutuhan khusus yang mereka miliki. Beberapa anak sudah mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, sedangkan yang lain masih membutuhkan bimbingan dalam beberapa aspek kehidupan.

4. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*):

Kemampuan anak dalam mengelola dan beradaptasi dengan lingkungan sekitar dipengaruhi oleh struktur lingkungan dan dukungan yang tersedia. Anak-anak yang berada dalam lingkungan yang terstruktur dan mendukung cenderung lebih mampu menguasai lingkungan mereka, sementara perubahan mendadak atau situasi yang tidak terduga sering kali menimbulkan kecemasan dan kesulitan adaptasi. Adapun hasil penelitian mengenai ketiga subjek penelitian menunjukkan kemampuan yang berbeda-beda dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Sebagian besar anak mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan sekolah, terutama dengan dukungan guru dan fasilitas yang disediakan, sementara beberapa masih membutuhkan bantuan dalam memahami dan mengontrol lingkungan sekitar mereka.

5. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*):

Pemahaman tentang tujuan hidup pada anak berkebutuhan khusus masih dalam tahap awal dan sederhana. Mereka cenderung memiliki tujuan yang terkait dengan minat pribadi mereka, seperti keinginan untuk belajar hal baru atau berpartisipasi dalam aktivitas tertentu. Dukungan dari keluarga dan guru sangat penting dalam membantu mereka mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang tujuan hidup mereka. Adapun hasil penelitian dari beberapa subjek menunjukkan adanya motivasi dan tujuan hidup yang jelas pada anak berkebutuhan khusus, seperti ingin melanjutkan pendidikan atau memiliki keterampilan tertentu di masa depan. Namun, ada juga yang masih mengalami kesulitan dalam

menetapkan tujuan hidup karena keterbatasan pemahaman atau kurangnya arahan dari lingkungan sekitar.

6. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*):

Anak-anak berkebutuhan khusus menunjukkan potensi pertumbuhan pribadi yang positif, terutama ketika diberikan kesempatan untuk mengeksplorasi minat mereka. Dukungan dari lingkungan sekitar, termasuk guru dan keluarga, memainkan peran kunci dalam mendorong mereka untuk terus belajar dan berkembang dalam bidang yang mereka minati. Namun, mereka masih memerlukan bimbingan untuk memastikan pertumbuhan yang seimbang dan berkelanjutan. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa anak berkebutuhan khusus di sekolah ini umumnya mengalami perkembangan pribadi yang positif, terutama dalam aspek sosial dan emosional. Proses pembelajaran yang berkelanjutan serta dukungan dari keluarga dan tenaga pendidik menjadi faktor penting dalam membantu mereka berkembang secara psikologis.

Secara keseluruhan, kesejahteraan psikologis anak berkebutuhan khusus di UPT SLB E Negeri Pembina Medan dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal (seperti kondisi psikologis dan karakteristik individual) dan faktor eksternal (seperti dukungan sosial dari keluarga, guru, dan lingkungan). Dukungan yang konsisten dan lingkungan yang mendukung sangat penting dalam membentuk dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dan keterbatasan peneliti selama melaksanakan penelitian ini, maka terdapat beberapa saran yang dikemukakan sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah:

Sekolah diharapkan dapat meningkatkan interaksi antara siswa berkebutuhan khusus dengan teman sebaya melalui kegiatan yang terstruktur, seperti klub minat khusus atau kegiatan ekstrakurikuler yang inklusif.

2. Bagi Guru

Guru dapat menggunakan pendekatan individual untuk membantu siswa/siswi berkebutuhan khusus agar merasa lebih nyaman dalam lingkungan sekolah dan mendorongnya untuk lebih terlibat dalam aktivitas kelompok.

3. Bagi Orang Tua:

Orang tua diharapkan memberikan lebih banyak dukungan emosional dan menciptakan lingkungan yang aman untuk anaknya agar lebih membangun rasa percaya diri anak.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan fokus pada metode intervensi yang efektif untuk meningkatkan dimensi-dimensi tertentu dari kesejahteraan psikologis anak berkebutuhan khusus.