

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini menyajikan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan sebagai jawaban atas pertanyaan penelitian yang telah diuraikan pada Bab I. Implikasi penelitian dirumuskan berdasarkan temuan-temuan utama penelitian yang telah dilakukan. Kesimpulan disusun untuk merangkum temuan-temuan utama yang memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Selain itu, rekomendasi untuk penelitian selanjutnya juga dipaparkan pada bagian ini untuk memberikan arahan bagi penelitian selanjutnya yang lebih mendalam dan terfokus.

5.1 Simpulan

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan pada Bab 4, para partisipan memaknai kesejahteraan subjektif mereka melalui kombinasi orientasi *hedonis* dan *eudaimonic*. Orientasi *hedonis* terlihat dari kebahagiaan yang bersifat emosional dan langsung, seperti rasa syukur atas dukungan keluarga, kebahagiaan menjalankan profesi sebagai guru, dan penghargaan masyarakat atas kontribusi yang diberikan. Kebahagiaan ini terfokus pada pengalaman emosi positif dalam kehidupan sehari-hari yang membantu mengurangi tekanan hidup dan menciptakan momen kepuasan. Sementara itu, orientasi *eudaimonic* tercermin dari cara partisipan memaknai peran mereka sebagai pencari nafkah utama dalam keluarga. Mereka melihat tanggung jawab tersebut sebagai kontribusi berharga bagi keluarga dan masyarakat. Upaya untuk menyeimbangkan pekerjaan dan keluarga, memulai usaha, serta memberikan pendidikan bagi anak-anak menunjukkan adanya tujuan hidup yang mendalam, pengembangan diri, dan nilai kebermanfaatan jangka panjang.

Pengalaman kerja juga tampak memainkan peran penting dalam membentuk tingkat *subjective well-being* (SWB) partisipan. Berdasarkan biografi para partisipan, lamanya waktu yang dihabiskan untuk bekerja sebagai guru honorer memengaruhi cara mereka mencapai SWB. Partisipan seperti Yuyu dan Tita, yang memiliki pengalaman kerja yang lebih lama, menunjukkan kemampuan

untuk beradaptasi dan menyeimbangkan antara tanggung jawab pekerjaan dan keluarga meskipun menghadapi tantangan ekonomi yang signifikan. Mereka telah mencapai tingkat SWB yang lebih stabil melalui keterampilan yang terasah, komitmen terhadap profesi, dan upaya untuk menghasilkan pendapatan tambahan. Dengan pengalaman tersebut, keduanya berhasil menjalankan peran sebagai pencari nafkah utama sekaligus menjaga keharmonisan keluarga. Meskipun Tita memiliki sikap peran gender yang lebih egaliter dan Yuyu cenderung tradisional, keduanya menunjukkan kecenderungan SWB yang berorientasi pada *eudaimonic* karena mampu menemukan makna dan pertumbuhan dalam pekerjaan mereka.

Sebaliknya, Nina yang masih dipengaruhi oleh norma tradisional, masih dalam tahap mencari stabilitas dan kepercayaan diri dalam pekerjaan serta peran keluarga. Hal ini berdampak pada SWB-nya yang belum stabil, ditandai dengan kurangnya keterampilan, kepercayaan diri, dan ketergantungan yang lebih tinggi pada kondisi eksternal. Nina lebih rentan terhadap eksploitasi di tempat kerja dan tekanan ekonomi, yang berpengaruh langsung terhadap tingkat kepuasan hidupnya. Dengan latar belakang nilai-nilai gender tradisional yang masih kuat, ia cenderung memaknai kebahagiaan secara *hedonic*, yaitu melalui pengalaman sesaat yang seringkali tidak berkelanjutan akibat tekanan kehidupan yang belum terkelola secara optimal.

Perbedaan dalam perspektif peran gender juga mencerminkan variasi dalam cara partisipan memaknai kebahagiaan. Partisipan dengan perspektif tradisional cenderung menilai kebahagiaan berdasarkan pengalaman emosional sehari-hari, seperti rasa syukur atas pencapaian sederhana, dukungan dari keluarga, dan kenyamanan di lingkungan kerja. Sebaliknya, partisipan dengan perspektif egaliter lebih memandang kebahagiaan sebagai proses panjang yang melibatkan pencapaian tujuan, pengembangan diri, dan kontribusi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa kebahagiaan bagi para guru perempuan tidak hanya bergantung pada pencapaian materi, tetapi juga pada makna peran yang dijalani serta dampak positif dari usaha mereka terhadap orang lain.

Keputusan untuk bekerja pun tidak selalu dilatarbelakangi oleh aspirasi pribadi semata, melainkan juga dipengaruhi oleh kebutuhan ekonomi dan dinamika keluarga. Faktor pendidikan turut menjadi penentu, seperti pada diri Tita

yang mampu menggunakan latar belakang pendidikannya untuk mendukung misi sosial dalam masyarakat. Disisi lain, partisipan seperti Yuyu dan Nina bekerja lebih karena kebutuhan ekonomi mendesak. Hal ini menunjukkan bahwa motif bekerja sangat bervariasi dan tidak bisa dilepaskan dari konteks kehidupan masing-masing individu.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi praktis yang penting bagi pengembangan program psikoedukasi yang dirancang secara khusus untuk mendukung guru perempuan pencari nafkah utama. Program ini dapat menjadi dasar dalam merancang intervensi yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif mereka dalam menghadapi peran ganda. Pemahaman terhadap faktor-faktor yang memengaruhi SWB akan membantu guru perempuan dalam menghadapi berbagai tantangan peran profesional dan domestik secara lebih adaptif. Di samping itu, temuan ini memperkaya literatur mengenai kesejahteraan subjektif dalam perspektif gender dan membuka peluang bagi penyusunan kebijakan yang lebih responsif terhadap kondisi dan kebutuhan guru perempuan, sehingga kesejahteraan mereka dapat didukung secara lebih holistik dan berkelanjutan.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian, ada beberapa rekomendasi yang dapat mendukung kesejahteraan subjektif guru perempuan yang menjadi pencari nafkah utama.

5.2.1 Bagi Guru

Pengembangan program pelatihan manajemen waktu dan manajemen stres merupakan langkah penting untuk membantu guru menyeimbangkan antara tanggung jawab pekerjaan dan keluarga. Selain itu, pelatihan keterampilan paruh waktu yang relevan dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan pendapatan tanpa mengganggu tanggung jawab utama mereka sebagai pendidik.

5.2.2 Organisasi Pemerintah dan Non-Pemerintah

Organisasi pemerintah seperti Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA), Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, serta Dinas Pendidikan daerah dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk merancang program psikoedukasi yang mendukung kesejahteraan subjektif guru perempuan pencari nafkah utama. Program ini dapat berupa pelatihan terintegrasi yang mencakup pengelolaan stres, manajemen waktu dan peran, penguatan spiritualitas, serta keterampilan komunikasi dalam keluarga. Pemerintah juga dapat melibatkan lembaga seperti Pusat Pemberlajaran Keluarga (PUSPAGA) dan Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) untuk memperkuat pendekatan berbasis keluarga, guna mendampingi perempuan dalam menjalani peran ganda secara lebih sehat dan seimbang, baik sebagai pendidik maupun penanggung jawab ekonomi keluarga.

Sementara itu, organisasi non-pemerintah seperti Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga (PEKKA), Yayasan Pulih, dan Rumah Kita Bersama (KitaB) dapat menjadi mitra strategis dalam mendampingi guru perempuan melalui pendekatan komunitas yang reflektif dan berbasis pengalaman nyata. Lembaga-lembaga ini dapat menyelenggarakan pelatihan tentang komunikasi asertif, pengambilan keputusan yang otonom, dan penguatan identitas diri agar perempuan tetap berdaya di tengah tantangan sosial dan ekonomi. Program ini dapat dikembangkan dalam bentuk pelatihan, workshop pranikah, modul mandiri, atau kolaborasi dengan guru bimbingan konseling, organisasi perempuan, dan lembaga keagamaan. Dengan kolaborasi lintas sektor, psikoedukasi yang terstruktur dan berkelanjutan ini diharapkan mampu memperkuat resiliensi, makna hidup, dan kesejahteraan subjektif guru perempuan pencari nafkah utama.

5.2.4 Bagi Penelitian Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, khususnya bagi mahasiswa psikologi pendidikan yang ingin melakukan penelitian terkait *subjective well-being* disarankan untuk mengeksplorasi lebih jauh kesejahteraan subjektif guru, baik laki-laki maupun perempuan, dengan berfokus pada dimensi peran gender. Beberapa dimensi yang perlu dieksplorasi lebih mendalam adalah dimensi

pandangan agama terhadap gender, dimensi pernikahan dan keluarga, dimensi peran sosial, dimensi pekerjaan dan dimensi pendidikan, baik di lembaga pendidikan pedesaan maupun perkotaan, dalam konteks sosial dan ekonomi yang berbeda. Pendekatan ini akan memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang bagaimana kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh perspektif gender dalam berbagai aspek kehidupan.