

KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil analisis data serta pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini berhasil membuktikan hipotesis mayor yang diajukan, yaitu *work-life balance* dan kepuasan kerja secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan *Psychological well-being* pada guru MAN 2 Kota Madiun. Pada hipotesis minor pertama, ditemukan bahwa *work-life balance* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *Psychological well-being*. Dengan kata lain, ketika seorang guru semakin mampu menyeimbangkan tuntutan pekerjaannya dengan kehidupan pribadinya, maka *Psychological well-being* yang ia rasakan pun akan semakin baik. Guru yang bisa menjalankan tugasnya sebagai pendidik tanpa harus mengorbankan waktu dan tenaganya untuk keluarga maupun dirinya sendiri, pada akhirnya lebih mampu menjalani hidup secara utuh, baik di lingkungan sekolah maupun di luar itu. Pada hipotesis minor kedua, diperoleh pula temuan bahwa kepuasan kerja memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *Psychological well-being*. Artinya, semakin puas seorang guru terhadap pekerjaannya, semakin tinggi pula tingkat *Psychological well-being* yang dimilikinya. Kepuasan terhadap pekerjaan ini pada dasarnya menjadi semacam pelindung yang membantu guru bertahan dan tetap merasa baik-baik saja di tengah berbagai tuntutan serta tekanan yang muncul dari profesinya. Meski begitu, tidak semua sisi dari kedua variabel ini berperan sama besarnya. Justru bagian yang paling menentukan adalah sejauh mana kehidupan kerja dan kehidupan pribadi guru bisa saling memperkaya satu sama lain, serta seberapa dekat dan hangat hubungan yang terjalin dengan sesama rekan mengajar. Sementara itu, sisi-sisi lain seperti gangguan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, atau soal gaji, promosi, dan pengawasan atasan, ternyata tidak memberikan pengaruh yang berarti. Temuan ini menunjukkan bahwa *Psychological well-being* guru bukanlah hal yang sederhana, melainkan dipengaruhi oleh banyak hal lain yang belum

tersentuh dalam penelitian ini. Pada intinya, temuan ini menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis guru bukan sekadar berkurangnya keluhan atau gangguan dari pekerjaan, melainkan tumbuh dari sejauh mana peran sebagai pendidik dan peran sebagai pribadi mampu saling memperkaya, serta sejauh mana relasi hangat dengan sesama guru dirasakan dan dihayati sebagai sumber dukungan dalam menjalani profesi yang menuntut peran ganda ini.

Dari hasil tersebut, ada beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan. Bagi peneliti selanjutnya, akan lebih baik jika turut mempertimbangkan variabel lain yang belum diteliti di sini, seperti dukungan organisasi, efikasi diri, atau iklim psikososial di lingkungan sekolah, serta menggunakan desain penelitian yang lebih mendalam seperti pendekatan longitudinal agar hasilnya lebih kaya. Cakupan sampel juga sebaiknya diperluas ke beberapa madrasah aliyah negeri lain, supaya temuan yang diperoleh bisa lebih mewakili kondisi guru madrasah secara lebih luas. Bagi pihak manajemen MAN 2 Kota Madiun, hasil penelitian ini kiranya bisa menjadi pertimbangan dalam menyusun kebijakan dan program kerja yang tidak melulu berfokus pada hal administratif seperti gaji atau jenjang karier, tetapi juga memberi ruang bagi tumbuhnya kedekatan antar guru, misalnya lewat kegiatan kebersamaan yang rutin diadakan di luar jam mengajar. Bagi Kementerian Agama Kota Madiun, temuan ini diharapkan bisa menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam merancang program peningkatan kesejahteraan tenaga pendidik di madrasah, khususnya yang memperhatikan keseimbangan beban kerja guru mengingat peran ganda yang mereka emban. Sementara itu, bagi guru MAN 2 Kota Madiun sendiri, diharapkan dapat lebih menyadari pentingnya menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, sekaligus terus merawat kehangatan hubungan dengan sesama rekan mengajar, agar *Psychological well-being* tetap terjaga di tengah tuntutan peran ganda sebagai pendidik akademis sekaligus pembina nilai-nilai keislaman.