



Profil Kesejahteraan Emosional Anak Inklusi di SMP Negeri 1 Lubuk Sikaping

Tessa Wandia Putri ^{1*}, Rahma Wira Nita ², Suryadi ³

¹⁻³ Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Sumatera Barat, Indonesia

Email: tessawandiaputri@gmail.com ¹, rahmawiranita@gmail.com ², suryadies1@gmail.com ³

*Penulis Korespondensi: tessawandiaputri@gmail.com

Abstract. This study is motivated by the importance of time management skills for students in supporting academic. This study was motivated by the fact that students in inclusive education settings still face challenges in fostering a sense of comfort, self-worth, and competence within the school environment. The study aimed to describe the emotional well-being profile of students in the inclusive program at SMP N 1 Lubuk Sikaping. A descriptive qualitative method with a phenomenological approach was employed. The informants consisted of one Guidance and Counseling teacher (key informant) and three additional informants (a supervising teacher, a male student in the inclusive program, and a female student in the inclusive program). Data were collected through interviews, observations, and document analysis; validity was verified via triangulation of sources, time, and methods; and analysis involved data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The findings indicate that the emotional well-being of these students is reflected in six aspects: self-acceptance, building harmonious relationships with others, possessing a drive for personal growth, having a positive sense of direction and hope for the future, the ability to adapt to the environment and rules, and the capacity to act independently according to their abilities. Based on these results, it is recommended that the school and Guidance and Counseling teachers continue to provide support and appreciation, and design services that optimally strengthen the emotional well-being of students in the inclusive program.

Keywords: Emotional; Guidance Counseling Profile; Inclusive Education; Phenomenology; Well-Being.

Abstrak. Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya anak inklusi yang masih menghadapi tantangan dalam menumbuhkan perasaan nyaman, berharga, dan berdaya guna di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan profil kesejahteraan emosional anak inklusi di SMP N 1 Lubuk Sikaping. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi. Informan terdiri atas satu orang guru Bimbingan dan Konseling sebagai informan kunci, serta tiga orang informan tambahan (guru pembimbing, anak inklusi laki-laki, dan anak inklusi perempuan). Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan studi dokumentasi, lalu diuji keabsahannya dengan triangulasi sumber, waktu, dan metode, serta dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan emosional anak inklusi tercermin dari enam aspek: menerima diri apa adanya, membangun hubungan harmonis dengan orang lain, memiliki dorongan berkembang, memiliki arah dan harapan masa depan yang positif, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan aturan, serta mampu bertindak mandiri sesuai kemampuan. Hasil ini direkomendasikan kepada pihak sekolah dan guru Bimbingan dan Konseling untuk terus memberikan dukungan, apresiasi, serta menyusun layanan yang memperkuat kesejahteraan emosional anak inklusi secara optimal.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling; Emosional; Fenomenologi; Pendidikan Inklusif; Profil Kesejahteraan.

1. LATAR BELAKANG

Dalam perkembangan pendidikan saat ini pendekatan inklusi menjadi upaya untuk menciptakan sistem pendidikan yang adil dan merata. Sekolah inklusi memberikan kesempatan kepada semua peserta didik termasuk anak berkebutuhan khusus untuk belajar bersama tanpa diskriminasi. Hal ini sejalan dengan prinsip *education for all* (EFA) namun keberhasilan pendidikan inklusi tidak hanya diukur dari akademik tetapi juga kondisi psikologis peserta didik. Salah satu aspek penting adalah kesejahteraan emosional karena berpengaruh terhadap

kemampuan siswa beradaptasi berinteraksi sosial dan mengembangkan potensi diri di lingkungan sekolah.

Kesejahteraan emosional merupakan kemampuan individu memahami dan mengelola emosi secara positif sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik. Pada anak inklusi aspek ini sangat penting karena mereka sering menghadapi kesulitan dalam interaksi sosial kurang percaya diri serta hambatan dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekolah. Kondisi ini dapat memengaruhi proses belajar dan perkembangan sosial sehingga diperlukan dukungan dari lingkungan sekolah terutama guru dan teman sebaya agar tercipta suasana yang inklusif aman dan mendukung perkembangan emosional anak inklusi.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan pada tanggal 29 April 2026 di SMP N 1 Lubuk Sikaping, ditemukan fakta bahwa adanya peserta didik inklusi yang masih mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, adanya peserta didik inklusi yang menunjukkan sikap kurang percaya diri, dan adanya peserta didik inklusi yang cenderung menarik diri dari pergaulan.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan 4 Mei 2026 di SMP N 1 Lubuk Sikaping, dengan guru BK, diperoleh informasi adanya peserta didik inklusi yang sering mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan mereka di lingkungan kelas dan adanya peserta didik inklusi yang sering merasa kecemasan. Selanjutnya berdasarkan wawancara dengan peserta didik di peroleh informasi adanya peserta didik inklusi yang kurang merasa nyaman saat berinteraksi dengan teman sebaya dan adanya peserta didik inklusi yang sering merasa takut saat melakukan kesalahan ketika mengikuti pelajaran di kelas.

Berdasarkan fenomena tersebut, dapat dipahami bahwa kondisi kesejahteraan emosional anak inklusi di sekolah masih perlu diperhatikan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Profil Kesejahteraan Emosional Anak Inklusi di SMP N 1 Lubuk Sikaping.”

2. KAJIAN TEORITIS

Kesejahteraan Emosional

Menurut Diener (Hafnati 2023:703) Kesejahteraan emosional adalah suatu keadaan dimana seseorang merasakan afek positif yang tinggi dan afek negatif yang rendah. Selain itu, kesejahteraan emosional juga dapat dipahami sebagai kondisi ketika individu mampu menyeimbangkan perasaan positif dan negatif dalam dirinya sehingga tetap dapat berpikir jernih dan bertindak secara tepat dalam berbagai situasi. Individu yang memiliki kesejahteraan emosional yang baik cenderung mampu mengendalikan stres, memiliki sikap optimis, serta

lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sosial dan tuntutan kehidupan. Ini menunjukkan bahwa kesejahteraan emosional tidak hanya berkaitan dengan perasaan bahagia tetapi juga kemampuan dalam mengelola tekanan dan menjaga stabilitas emosi secara berkelanjutan.

Selanjutnya Lati, dkk (2024:4) kesejahteraan emosional adalah kondisi ketika seseorang mampu menilai dan merasakan kehidupannya secara positif melalui keseimbangan antara perasaan menyenangkan dan tidak menyenangkan yang dialami. Kesejahteraan emosional tidak hanya berkaitan dengan seberapa sering individu merasakan kebahagiaan tetapi juga bagaimana ia memahami dan mengelola emosi negatif seperti sedih marah atau cemas secara tepat. Individu yang memiliki kesejahteraan emosional yang baik mampu mengevaluasi pengalaman hidupnya secara realistis dan tidak larut dalam emosi negatif serta dapat mengendalikan diri dalam berbagai situasi. Selain itu kesejahteraan emosional juga ditunjukkan melalui kemampuan untuk tetap berpikir jernih bersikap optimis dan menyesuaikan diri dengan tekanan atau tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain penilaian terhadap diri sendiri, kesejahteraan emosional juga sangat bergantung pada kualitas interaksi dengan lingkungan sekitar. Hal ini diperkuat oleh pendapat Gusrayani, dkk (2025: 1528) yang menyatakan bahwa hubungan dengan teman sebaya merupakan salah satu indikator penting yang memengaruhi kesejahteraan emosional peserta didik di lingkungan sekolah.

Anak Inklusi

Menurut Vygotsky (Safarina dkk, 2023:338) anak inklusi merupakan karakteristik anak tidak dilihat kekurangan atau keterbelakangannya melainkan sebagai bentuk perkembangan yang berbeda yang memiliki potensi yang sama untuk berkembang, namun membutuhkan interaksi sosial, bimbingan yang tepat, dan dukungan lingkungan agar dapat mengoptimalkan kemampuan kognitif serta sosialnya. Diperkuat oleh Dimas, dkk (2025:165) bahwa anak inklusi atau anak berkebutuhan khusus adalah anak yang secara signifikan mengalami kelainan atau penyimpangan, baik dari segi fisik, mental intelektual, sosial, maupun emosional dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya, jika dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya. Oleh karena kondisi tersebut, maka mereka memerlukan pelayanan pendidikan yang khusus dan disesuaikan dengan kemampuannya.

Putra (2025:204) menjelaskan bahwa anak inklusi memerlukan penanganan dan pelayanan pendidikan yang khusus disesuaikan dengan kemampuan dan kondisinya masing-masing. Upaya pemenuhan kebutuhan ini meliputi beberapa tahapan seperti proses identifikasi dini, asesmen, hingga penyusunan strategi pembelajaran yang tepat, ini dilakukan agar anak berkebutuhan khusus dapat memperoleh layanan yang sesuai sehingga mereka mampu

mengembangkan potensi diri dan mengikuti proses pembelajaran secara optimal layaknya anak-anak pada umumnya.

Pemenuhan kebutuhan peserta didik berkebutuhan khusus harus menyeluruh, tidak hanya pada sisi pembelajaran. Hal ini sesuai dengan pendapat Nurul Aina Koto, dkk (2023: 116) bahwa anak berkebutuhan khusus di lingkungan sekolah inklusi tidak hanya memerlukan penyesuaian pembelajaran, tetapi juga dukungan penerimaan dan suasana yang aman untuk dapat berkembang secara emosional.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yang telah dilakukan adalah penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan wawancara, studi dokumentasi. Teknik keabsahan yaitu Triangulasi metode, Triangulasi antar peneliti, Triangulasi sumber data, dan Triangulasi teori. Data Informan kunci disini yaitu Guru BK, sedangkan informan tambahannya disini yaitu Guru Pembimbing dan Peserta Didik Inklusi di SMP N 1 Lubuk Sikaping.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Menerima Keadaan Diri Sendiri

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada rentang tanggal 13 Juli hingga 24 Juli 2026 yang telah peneliti lakukan, terlihat bahwa peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP menunjukkan sikap menerima keadaan diri yang baik. Kedua peserta didik terlihat tidak menunjukkan penolakan atau rasa tidak nyaman terhadap kondisi gangguan pendengaran yang dialaminya, melainkan menjalani kegiatan belajar maupun bermain dengan sikap tenang dan semangat yang tinggi. Sikap tersebut terlihat jelas dari keinginan mereka untuk terus datang ke sekolah setiap hari, mengikuti seluruh kegiatan pembelajaran dengan tertib, serta tidak pernah merasa malu atau menyangkal perbedaan kondisi yang dimilikinya dibandingkan teman-teman lain.

Memahami Kelebihan Dan Kekurangan Diri

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada rentang tanggal 13 Juli hingga 24 Juli 2026 yang telah peneliti lakukan, terlihat bahwa peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP mampu menunjukkan pemahaman yang cukup jelas mengenai kelebihan serta kekurangan yang dimilikinya. Kedua peserta didik terlihat menyadari adanya keterbatasan dalam pendengaran dan penyampaian ucapan, namun tetap berusaha memaksimalkan kemampuan yang dimiliki seperti ketekunan dalam belajar, semangat mengikuti kegiatan olahraga, serta

sikap taat terhadap aturan sekolah. Mereka tidak memaksakan diri untuk melakukan hal yang berada di luar kemampuannya, melainkan berusaha melakukan yang terbaik sesuai dengan potensi yang ada serta tidak menunjukkan sikap menolak atau mengingkari kondisi yang dialaminya.

Memiliki Rasa Percaya Diri

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada rentang tanggal 13 Juli hingga 24 Juli 2026 yang telah peneliti lakukan, terlihat bahwa peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP menunjukkan rasa percaya diri yang belum merata dalam setiap situasi. Kedua peserta didik terlihat lebih percaya diri saat berada dalam kegiatan yang sesuai dengan minat dan kemampuan mereka, seperti saat mengikuti kegiatan olahraga atau latihan karate, namun cenderung tampak ragu, malu, dan kurang yakin saat diminta berbicara, menyampaikan pendapat, atau menjawab pertanyaan di depan kelas. Mereka juga cenderung lebih banyak menghabiskan waktu di dalam kelas dan bersikap tertutup dibandingkan bergaul secara luas, meskipun tetap berusaha menjalankan kegiatan yang diikuti dengan sebaik mungkin.

Tidak Merasa Rendah Diri

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada rentang tanggal 13 Juli hingga 24 Juli 2026 yang telah peneliti lakukan, terlihat bahwa peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP menunjukkan kecenderungan kurang percaya diri dalam situasi tertentu, namun tidak menunjukkan sikap merendahkan diri atau merasa tidak berharga secara keseluruhan. Kedua peserta didik terlihat tampak ragu-ragu saat memulai pembicaraan, terutama ketika berhadapan dengan teman yang sering memberikan tanggapan kurang menyenangkan atau saat diminta berbicara di depan umum. Hal ini terlihat dari intonasi suara yang kadang terdengar pelan dan keengganan untuk memulai interaksi secara mandiri, namun mereka tetap berusaha hadir di sekolah dengan semangat yang tinggi, mengikuti kegiatan dengan tertib, serta tidak pernah menunjukkan sikap menolak berinteraksi sepenuhnya atau merasa dirinya lebih rendah dari orang lain karena kondisi yang dimilikinya.

Pembahasan

Penerimaan Diri

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa penerimaan diri pada peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP terlihat melalui kesadaran serta sikap yang menunjukkan kesiapan menerima segala kondisi yang dimilikinya. Kondisi ini ditandai dengan kemampuan mereka menerima keterbatasan pendengaran dan kesulitan berkomunikasi sebagai bagian dari diri mereka, menyadari dengan jelas kelebihan yang dimiliki terutama di bidang olahraga dan karate, serta tidak membiarkan keterbatasan tersebut membuat mereka merasa

rendah diri atau menyerah. Meskipun kedua peserta didik masih menunjukkan rasa malu dan ragu dalam situasi tertentu, mereka tetap berusaha bersemangat bersekolah dan melakukan yang terbaik sesuai kemampuan yang ada.

Temuan ini sejalan dengan pandangan Benard (Agnes, 2025:42) Penerimaan diri menurut adalah sikap individu yang mampu menyadari, menghargai, dan menerima segala kondisi yang ada pada dirinya, baik itu kelebihan maupun kekurangan, tanpa merasa malu, menolak, atau membandingkan diri secara negatif dengan orang lain. Penerimaan diri juga berarti mengakui bahwa diri sendiri adalah pribadi yang berharga dan berhak untuk tumbuh serta berkembang sebagaimana adanya, bukan berarti harus sempurna. Anisa & Hilma (2025:19) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan kesadaran individu untuk menerima segala kondisi yang ada pada dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan, serta memandang dirinya sebagai pribadi yang berharga tanpa memandang kelemahan yang dimiliki.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri pada AHK dan AEP terlihat melalui sikap menerima kondisi diri apa adanya, kesadaran yang jelas akan kelebihan dan kekurangan, serta semangat untuk terus berusaha meskipun memiliki keterbatasan. Sikap tersebut bukan disebabkan oleh tidak adanya kesulitan, melainkan karena kemampuan mereka untuk memaknai kondisi diri sebagai bagian yang wajar dan berharga untuk terus berkembang.

Hubungan Positif dengan Orang Lain

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa hubungan dengan orang lain pada peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP terlihat melalui kemampuan mereka menjalin hubungan yang harmonis, saling menghargai, serta saling membantu dengan guru maupun teman di lingkungan sekolah. Kondisi ini ditandai dengan sikap sopan dan ramah yang selalu mereka tunjukkan, kemudahan dalam bergaul serta menerima teman, serta adanya rasa saling percaya dan dukungan yang terjalin dengan baik. Meskipun kedua peserta didik memiliki keterbatasan dalam pendengaran dan komunikasi, mereka tetap mampu membangun hubungan yang hangat dan diterima dengan baik oleh orang-orang di sekitarnya.

Temuan ini sejalan dengan pandangan Hurlock (Rahmania dkk 2025:85) yang menjelaskan bahwa kemampuan menjalin hubungan dengan orang lain sangat dipengaruhi oleh sikap yang ditunjukkan individu, seperti keramahan, kesopanan, serta kesediaan untuk saling membantu. Selanjutnya, (Kurniawati dkk 2024:38) menjelaskan bahwa hubungan yang baik dengan orang lain pada peserta didik inklusi terlihat dari kemampuan mereka berinteraksi dengan baik, saling menghargai, serta merasa diterima dan dihargai oleh lingkungan sekitarnya.

Hal tersebut diperkuat oleh Santrock (Salsabila 2024:161) yang menjelaskan bahwa hubungan yang harmonis dan saling mendukung antara peserta didik dengan guru maupun teman dapat menciptakan suasana yang nyaman dan mendukung perkembangan diri secara optimal. Selain itu, Sutanto (2025:99) hubungan positif dengan orang lain adalah adanya rasa diterima, dihargai, dan didukung oleh lingkungan, yang tumbuh dari sikap tulus, sopan, serta kesediaan untuk bekerja sama dan saling membantu.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa hubungan dengan orang lain pada AHK dan AEP terlihat melalui kemampuan mereka berinteraksi dengan sopan dan ramah, terjalannya rasa saling membantu dan saling mendukung dengan guru serta teman, serta merasa diterima dan dihargai keberadaannya di lingkungan sekolah. Hubungan tersebut bukan terjadi begitu saja, melainkan dibangun atas dasar sikap tulus, saling menghargai, dan dukungan yang konsisten dari kedua belah pihak.

Pengembangan Diri

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa pengembangan diri pada peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP terlihat melalui adanya keinginan yang kuat untuk terus belajar, berusaha mengembangkan kemampuan yang dimiliki, serta memiliki motivasi yang tinggi dalam mengikuti berbagai kegiatan di sekolah. Kondisi ini ditandai dengan semangat yang konsisten dalam mengikuti pembelajaran, kesungguhan dalam menyelesaikan tugas, serta upaya nyata untuk terus mengasah potensi dan keterampilan yang dimiliki, terutama di bidang olahraga dan karate. Meskipun kedua peserta didik memiliki keterbatasan dalam pendengaran dan komunikasi, hal tersebut tidak menjadikan alasan untuk berhenti berusaha, melainkan mendorong mereka untuk mencari cara lain agar tetap dapat berkembang dan tidak tertinggal dari teman-teman lainnya.

Sejalan dengan pandangan Mahadi & Rosyd (2022:15) yang menyatakan bahwa pengembangan diri merupakan upaya sadar seseorang untuk mengenal, membina, dan mengoptimalkan segala potensi yang dimiliki agar dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal. Menurut Ali (Avisa & Firmansyah 2025:18) menyebutkan bahwa keinginan untuk belajar, semangat berlatih, serta adanya tujuan yang ingin dicapai menjadi pendorong utama bagi seseorang untuk terus mengembangkan kemampuan dan kualitas dirinya.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengembangan diri pada AHK dan AEP terlihat melalui keinginan yang kuat untuk terus belajar, usaha nyata mengasah kemampuan yang dimiliki, serta motivasi yang konsisten dalam mengikuti kegiatan sekolah. Kemampuan tersebut bukan muncul secara tiba-tiba atau tanpa hambatan, melainkan tumbuh

dari kesadaran dan kemauan yang kuat untuk terus berusaha menjadi pribadi yang lebih baik dan bermanfaat.

Tujuan Hidup

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa tujuan hidup pada peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP terlihat melalui adanya cita-cita yang ingin dicapai, harapan akan masa depan, serta semangat dan arah yang jelas dalam menjalani kehidupan sehari-hari di sekolah. Kondisi ini ditandai dengan keinginan yang kuat untuk meraih prestasi di bidang yang menjadi keunggulan mereka terutama olahraga dan karate, harapan untuk terus berkembang serta menjadi pribadi yang bermanfaat, serta semangat yang tinggi dalam bersekolah dan belajar demi mencapai cita-cita tersebut. Meskipun kedua peserta didik menghadapi keterbatasan dalam pendengaran dan proses pembelajaran, hal tersebut tidak menyurutkan keinginan mereka untuk memiliki arah dan tujuan yang jelas dalam hidup..

Sejalan dengan pandangan Prayitno & Amti (Nugroho : 2022:13) disebutkan bahwa tujuan hidup merupakan arah atau sasaran yang ingin dicapai seseorang dalam hidupnya, yang menjadi pendorong semangat dan usaha untuk terus berusaha mencapai apa yang diharapkan. Pendapat Ali & Asrori (Sutanto & Wibowo 2019:45) menyampaikan bahwa adanya cita-cita dan harapan masa depan yang positif akan mendorong seseorang untuk memiliki semangat belajar yang tinggi, kesungguhan dalam berusaha, serta kemauan untuk terus mengembangkan kemampuan dirinya.

Pendapat tersebut diperkuat oleh penjelasan Firdha (2021:34) yang menyatakan bahwa peserta didik yang memiliki tujuan hidup yang jelas akan lebih memiliki arah dalam belajar, semangat dalam menjalani aktivitas sehari-hari, serta harapan yang kuat untuk terus berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan hidup pada AHK dan AEP terlihat melalui adanya cita-cita yang jelas, harapan yang positif terhadap masa depan, semangat yang konsisten dalam menjalani kehidupan sekolah, serta adanya arah dan kesungguhan dalam belajar demi meraih apa yang diharapkan. Tujuan hidup tersebut bukan tercapai secara instan atau tanpa hambatan, melainkan tumbuh dari harapan yang tulus, semangat yang tak pernah padam, serta usaha yang terus dilakukan demi mewujudkan cita-cita yang diinginkan.

Penguasaan Lingkungan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa penguasaan lingkungan pada peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP terlihat melalui kemampuan mereka memahami dan menyesuaikan diri dengan segala aturan, tata tertib, serta kondisi yang

berlaku di lingkungan sekolah. Kondisi ini ditandai dengan kepatuhan yang konsisten terhadap peraturan yang berlaku, kemampuan beradaptasi dengan berbagai situasi dan kegiatan sekolah, serta keberanian untuk memanfaatkan dukungan dan fasilitas yang tersedia demi kebutuhan belajar dan pengembangan diri. Meskipun kedua peserta didik memiliki keterbatasan dalam pendengaran dan komunikasi, mereka tetap mampu memahami ketentuan yang berlaku dan menyesuaikan perilakunya dengan norma serta tata tertib yang ada di lingkungan sekolah.

Temuan penelitian ini selaras dengan pendapat Hasan (2024:12) yang menyatakan bahwa kemampuan peserta didik dalam memahami dan menaati peraturan sekolah merupakan salah satu indikator utama dari penguasaan lingkungan, di mana peserta didik mampu mengenali apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan serta menyesuaikan diri dengan tatanan yang ada. Lebih lanjut, Ardini (2024:58) menguraikan bahwa penguasaan lingkungan juga mencakup kemampuan beradaptasi dengan berbagai kondisi dan memanfaatkan dukungan yang tersedia di lingkungan sekitar sebagai sarana untuk mendukung perkembangan diri secara optimal.

Berdasarkan pembahasan tersebut dapat disimpulkan bahwa penguasaan lingkungan pada AHK dan AEP terlihat melalui kemampuan mereka memahami dan menaati segala aturan serta tata tertib sekolah, kemampuan menyesuaikan diri dengan berbagai kegiatan dan suasana lingkungan, serta kemampuan memanfaatkan dukungan yang ada di lingkungan untuk mendukung proses pembelajaran dan perkembangan diri. Penguasaan lingkungan tersebut bukan terwujud tanpa adanya kesulitan dalam memahami informasi, melainkan diperoleh melalui kesadaran yang tinggi, perhatian yang saksama, serta usaha yang terus-menerus untuk mengenali dan menyesuaikan diri dengan segala ketentuan yang berlaku di lingkungannya.

Otonomi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa otonomi pada peserta didik inklusi berinisial AHK dan AEP terlihat melalui kemampuan mereka untuk bertindak secara mandiri dalam melakukan kegiatan sehari-hari di sekolah, mengerjakan tugas-tugas yang diberikan, serta mengambil keputusan sederhana sesuai kemampuan yang dimilikinya. Kondisi ini ditandai dengan kemampuan datang ke sekolah dan pulang kembali secara mandiri, melakukan kegiatan ibadah serta kebutuhan pribadi tanpa selalu dibantu orang lain, serta berusaha menyelesaikan tugas dan pekerjaannya sendiri sebelum meminta bantuan apabila mengalami kesulitan. Meskipun kedua peserta didik memiliki keterbatasan dalam pendengaran dan komunikasi, mereka tetap mampu menunjukkan kemandirian dalam hal-hal yang menjadi tanggung jawabnya sehari-hari di lingkungan sekolah.

Hasil penelitian ini diperkuat oleh pendapat Cahyono & Affandi (2026:8) yang menyatakan bahwa otonomi merupakan kemampuan seseorang untuk bertindak secara mandiri, berinisiatif, serta bertanggung jawab atas segala tindakan yang telah dilakukannya tanpa selalu bergantung kepada bantuan orang lain. Selain itu, Susanto Sa'diyah (2025:79) menjelaskan bahwa kemandirian atau otonomi pada peserta didik terlihat dari kemampuan mereka melakukan kegiatan sehari-hari, menyelesaikan tugas-tugas yang menjadi kewajibannya, serta berani mengambil keputusan sederhana yang berkaitan dengan dirinya sendiri.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa otonomi pada AHK dan AEP terlihat melalui kemampuan mereka melakukan kegiatan sehari-hari secara mandiri, berinisiatif dalam mengerjakan tugas dan kewajibannya, serta bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan. Otonomi tersebut bukan berarti tanpa keterbatasan atau tanpa bantuan sama sekali, melainkan kemampuan untuk mandiri sesuai kemampuan yang dimiliki dan berusaha melakukan segala sesuatu dengan kemampuan sendiri terlebih dahulu sebelum meminta bantuan apabila memang diperlukan.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan emosional anak inklusi di SMP Negeri 1 Lubuk Sikaping menunjukkan perkembangan yang positif pada enam aspek, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, pengembangan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, dan otonomi. Anak inklusi mampu menerima kondisi dirinya, mengenali kelebihan dan keterbatasannya, menjalin hubungan yang baik dengan guru dan teman, serta tetap memiliki semangat untuk belajar dan mengembangkan potensi diri, khususnya dalam bidang olahraga dan karate

Selain itu, anak inklusi juga mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, mematuhi aturan, mengelola emosi ketika menghadapi masalah, serta menunjukkan kemandirian dan tanggung jawab dalam menjalankan tugas dan kegiatan sehari-hari. Meskipun masih terdapat rasa malu, ragu, dan kendala dalam berkomunikasi pada situasi tertentu, dukungan dari guru, teman, dan lingkungan sekolah menjadi faktor penting dalam memperkuat kesejahteraan emosional mereka. Dengan demikian, kesejahteraan emosional anak inklusi telah berkembang dengan baik, namun tetap perlu diperkuat melalui dukungan, penerimaan, dan layanan Bimbingan dan Konseling yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

DAFTAR REFERENSI

- Ali, A., & Asrori. (2019). Pendidikan karakter dan pengembangan potensi peserta didik. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(2), 42–51.
- Anisa, & Hilma. (2025). Peran penerimaan diri dalam penyesuaian diri peserta didik inklusi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 17–24.
- Ardini, S. D., Sugiarti, R., & Erlangga, E. (2024). Penguasaan lingkungan sekolah pada peserta didik berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Inklusif*, 8(2), 57–65.
- Bernard, & Azmy, L. Q. (2025). Penerimaan diri dan penyesuaian sosial peserta didik. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 13(1), 41–48.
- Cahyono, A. D., & Affandi, G. R. (2026). Motivasi belajar dan pengembangan potensi peserta didik di lingkungan sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 14(2), 15–22.
- Firdha Aulia, M., dkk. (2021). Peran tujuan hidup terhadap semangat belajar peserta didik. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(1), 33–40.
- Gusrayani, Rahma Wira Nita, & Fuddillah Putra. (2025). Profil Masalah Emosional Peserta Didik Berprestasi Akademik dengan Teman Sebaya (Studi Kualitatif pada Peserta Didik di SMAN 2 Pasaman). *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 10(3), 1525–1535.
- Hafnati, N., dkk. (2023). Kesejahteraan emosional dalam perspektif psikologi positif. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(4), 697–703.
- Hasan, H. (2024). Kepatuhan terhadap tata tertib dan penguasaan lingkungan sekolah. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 13(1), 11–18.
- Hurlock, E. B. (2025). Psikologi perkembangan peserta didik (Terjemahan). *Jurnal Referensi Pendidikan*, 17(2), 83–90.
- Kurniawati, S., dkk. (2024). Hubungan sosial peserta didik inklusi di lingkungan sekolah. *Jurnal Pendidikan Inklusif*, 7(1), 37–44.
- Lati, S., dkk. (2024). Kesejahteraan emosional dan kemampuan individu dalam mengelola emosi. *Jurnal Kesehatan Mental*, 4(1), 1–7.
- Mahadi, J. P. W., & Rosyd, dkk. (2022). Pengembangan diri peserta didik: Konsep dan indikator pengukuran. *Jurnal Pengembangan Diri dan Bimbingan Konseling*, 8(1), 13–20.
- Nurul Aina Koto, Suryadi, & Triyono. (2023). Analisis Permasalahan Anak Autis di Sekolah Inklusi SMK Negeri 9 Kota Padang. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(1), 114–120.
- Putri, dkk. (2025). Wawancara sebagai teknik pengumpulan data dalam penelitian. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 15(1), 19–26.
- Safarina, D., dkk. (2023). Perspektif Vygotsky terhadap anak inklusi dalam pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Anak*, 4(3), 338–344.
- Salsabila, L. (2024). Hubungan sosial dan dukungan lingkungan dalam perkembangan peserta didik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 10(2), 159–166.
- Santrock, J. W. (2024). *Psikologi Pendidikan* (Terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Satwika, N. (2025). *Kesejahteraan emosional dalam kehidupan individu*. Bandung: Alfabeta.

Susanto Sa'diyah. (2025). Kemandirian dan otonomi peserta didik dalam kehidupan sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 9(1), 78–85.