

Strategi Koping Guru dalam Penanganan Siswa di Kelas Rendah Sekolah Luar Biasa

Rahayu Febri Riyanti¹, Taufik Taufik²

[1] Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia. [2] Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia.

Abstract

Teaching children with special needs in lower grades presents unique challenges that often lead to stress among educators. These children's behaviors frequently deviate from typical classroom conduct, and teachers may perceive them as inappropriate or disruptive. For instance, some students may shout for attention, which can be demanding for teachers already juggling the needs of multiple students. Special education teachers shoulder heavier responsibilities compared to their counterparts in regular schools. Notably, not all teachers possess the self-control required to manage negative behaviors during the teaching process. To navigate these stressful situations, educators employ coping strategies that depend on their individual coping resources. This study aimed to explore the coping strategies employed by lower-grade teachers in Special Schools, using qualitative methods. Nine teachers from Special Schools served as informants, and data were collected through interviews and observations, validated through triangulation, and analyzed following Miles and Huberman's interactive data analysis model. The research findings identified various stressors for Special School teachers in Surakarta, including challenging student behavior, difficulty understanding children with special needs, non-verbal and non-reading students, those not yet toilet-trained, parental demands, suboptimal classrooms, and inconsistent treatment. Teachers' coping strategies varied, encompassing positive thinking to address stress stemming from students' behavior and special needs comprehension, self-control for managing challenging behavior and parental demands, taking responsibility for addressing these stressors, planned problem-solving for behavioral and parental challenges, concrete problem-solving for specific issues, and seeking social support from family and colleagues to cope with overall stressors. In conclusion, teaching children with special needs in lower grades is a demanding task that can lead to stress for educators. However, this research sheds light on the coping strategies employed by these teachers, emphasizing the importance of a diverse toolkit to effectively manage the multifaceted challenges they face in Special Schools.

Keywords: child with special needed; special school; teacher coping strategies

Article Info

Artikel History: Submitted: 2023-05-25 | Published: 2023-09-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v13i3.7811>

Vol 13, No 3 (2023) Page: 610-631

(*) Corresponding Author: Rahayu Febri Riyanti, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia, Email: rahayufebririyanti24@gmail.com



This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

INTRODUCTION

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) menyebutkan bahwa jumlah Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) dalam usia sekolah di Indonesia mencapai 1,6 juta anak (Kemendikbud, 2017). Jumlah Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) yang tercatat menempuh pendidikan di Sekolah Luar Biasa (SLB) mencapai 144.621 siswa pada tahun ajaran 2020/2021. Dari jumlah data tersebut, sebanyak 82.326 anak berkebutuhan khusus berada di jenjang pendidikan Sekolah Dasar (SD). SLB memiliki berbagai jenjang pendidikan mulai dari SDLB, SMPLB, dan SMALB.

Anak SLB mudah melupakan informasi yang diberikan oleh guru, sehingga menjadi tugas guru untuk mengulang materi yang sama (Rahayu & Hadriami, 2015). Sehingga membuat beban guru semakin bertambah dan dapat menimbulkan stres. Ketika mengajar anak-anak dengan kebutuhan khusus di kelas rendah, stres yang dialami guru akan bervariasi. Banyak perilaku anak-anak tersebut yang tidak sesuai dengan harapan guru dan sering disebut sebagai perilaku yang tidak pantas atau misbehavior. Contohnya, anak-anak tersebut bisa berteriak-teriak di kelas karena ingin mendapatkan perhatian dari guru, sementara guru juga harus memperhatikan murid-murid lain secara adil. Perilaku seperti itu dapat muncul karena murid di awal sekolah dasar (kelas 1, 2, dan 3) mengalami masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja, sehingga mereka mengalami perubahan dari metode pendidikan di taman kanak-kanak menjadi metode pendidikan yang lebih terarah (Sari & Andayani, 2021; Slavin, 2019). Selain itu, anak-anak dengan kebutuhan khusus di kelas rendah cenderung suka bergerak, bermain, melakukan secara langsung, dan bekerja dalam kelompok (Sukadari, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Widiastuti, Sulistiani, dan Kurniawan (2017), guru di sekolah SLB memiliki beban tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan dengan guru di sekolah umum. Dalam penelitian tersebut, diketahui bahwa beban kerja mental guru SLB termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini disebabkan karena tugas seorang guru di SLB tidak hanya terbatas pada mengajar sesuai dengan panduan guru, tetapi juga harus menerapkan berbagai perilaku seperti membantu siswa membersihkan diri, memberikan terapi yang dibutuhkan, merawat luka, melakukan kunjungan ke rumah siswa, dan menjadikan profesi sebagai pengabdian untuk siswa berkebutuhan khusus dengan tujuan untuk meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup mereka. Istiqomah (2015) menganggap bahwa tugas tersebut dilakukan semata-mata untuk kebaikan siswa dan agar mereka dapat menjadi lebih mandiri dan berkembang dengan lebih baik.

Hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu guru SLB yang berinisial X mengatakan bahwa saat anak-anak memasuki jenjang pendidikan satu tingkat dari sebelumnya banyak anak-anak SLB yang belum siap secara emosional dan kognitif. Dalam hal kognitif seperti anak-anak yang belum bisa membaca, menulis, atau berbicara secara jelas, sehingga masih ada siswa yang harus mengulang di kelas yang sama untuk beberapa kali. Data Direktorat PKLK (2009/2010) memperlihatkan bahwa angka mengulang kelas satu sebesar 11,6% sementara pada kelas dua 7,51%, kelas tiga 6,13%, kelas empat 4,64%, kelas lima 3,1%, dan kelas enam 0,37%. Dari data tersebut

kita bisa melihat bahwa anak di kelas rendah lebih banyak yang mengulang di kelas yang sama dibandingkan kelas yang lain. Sukadari (2020) mengatakan peserta didik kelas satu tingkat dasar yang mengikuti pendidikan prasekolah sebelumnya, tahun 2009/2010 tercatat 12,61% atau 1.583.467 peserta didik usia 4-6 tahun yang masuk Taman Kanak-kanak (TK), dan kurang dari 5 % peserta didik berada pada pendidikan prasekolah lain. Sukadari (2020) mengatakan peserta didik yang telah masuk di TK memiliki kesiapan bersekolah lebih baik dibandingkan dengan peserta didik yang tidak mengikuti pendidikan TK.

Strategi coping adalah perilaku yang nampak dan tersembunyi yang dilakukan untuk mengurangi stres atau menghilangkan ketegangan psikologi (Maryam, 2017). Guru yang mengelola stress mereka secara efektif dapat menghindari peningkatan ke tingkat kelelahan dan menikmati hasil pribadi dan profesional yang positif (Greenberg dkk., 2016; Herman dkk., 2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Windarti (2019) mengatakan hal yang dilakukan oleh guru SLB ketika mengalami stress ketika pelaksanaan pembelajaran yaitu mencari dukungan sosial dengan menceritakan masalahnya dengan teman atau keluarga terdekat, memahami dan menganalisa masalahnya untuk mencari jalan keluar, melakukan usaha tertentu meskipun tidak yakin akan berhasil, dan mengontrol dirinya. Sama halnya yang dilakukan oleh guru X, ia lebih memilih mengendalikan dirinya ketika anak-anak sedang emosional atau menunjukkan perilaku negatif agar ia tetap fokus ketika mengajar. Selain itu guru X juga membagikan kejadian-kejadian yang ia alami saat proses pembelajaran kepada teman sesama gurunya. Mengatasi stres yang muncul ketika proses pembelajaran dengan mencari masalah dan jalan keluarnya dapat mengecilkan peluang terjadinya stres dan mengurangi dampak stres (Anastasia, 2019; Nurmaliza & Trisnawati, 2022).

Tidak semua guru mampu mengendalikan dirinya ketika menghadapi perilaku negatif anak yang muncul ketika proses pembelajaran. Sama halnya yang disampaikan oleh guru X, ia mengatakan ada guru yang menangis saat mengajar ketika ia tidak bisa mengendalikan perilaku negatif anak yang muncul ketika proses pembelajaran. terkadang ia pun merasakan pusing saat melihat anak-anak yang berlarian kesana-kemari di dalam kelas.

Menurut Ekawarna (2018), stres dapat memiliki dampak pada kesehatan fisik, mental, emosi, dan perilaku seseorang. Beberapa dampak fisik yang mungkin terjadi akibat stres adalah sakit kepala, sakit punggung, sesak napas, nyeri dada, tekanan darah tinggi, bahkan serangan jantung. Dampak lainnya mungkin termasuk kelelahan, kelelahan kronis, kecemasan, dan bahkan depresi. Menurut Wenzel (2010), ketika seorang guru mengalami stres dan tidak dapat mengatasinya, hal ini juga dapat berdampak pada hubungan antara guru dengan murid dan membuat perilaku serta prestasi akademik murid menjadi negatif. Rasio guru anak ABK yang ideal adalah 1:5, sesuai dengan penempatan dan alokasi guru di PNS. Namun kenyataannya seorang guru SLB rata-rata mengajar 12 anak berkebutuhan khusus atau lebih (Ferlia, Jayanti, & Suroto, 2016). Selain itu biasanya guru mengajarkan angka 1-20 kepada anak rata-rata biasanya hanya membutuhkan waktu sekitar 1-2 minggu, namun untuk anak berkebutuhan khusus membutuhkan waktu 2-3 bulan yang tidak dijamin akan tinggal di ingatannya (Maisyarah dan Matulesy, 2015). Sehingga guru membutuhkan tenaga yang lebih ekstra untuk menyampaikan materi dalam waktu yang cukup lama pula. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang Strategi Coping Guru yang Mengajar di SLB pada Kelas Rendah.

METHOD

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang bertujuan untuk mengungkapkan dan menganalisis strategi coping guru yang mengajar di SLB pada kelas rendah. Oleh karena itu untuk mengetahui hal tersebut peneliti menggunakan model fenomenologi. Pendekatan ini berusaha untuk mengungkap, mempelajari, serta memahami fenomena dan konteksnya yang khas dan unik dialami oleh informan peneliti.

Partisipan

Dalam penelitian ini yang menjadi informan adalah lima guru SLB yang mengajar di kelas rendah. Peneliti memilih informan tersebut karena untuk memperoleh informasi sebanyak-banyaknya berdasarkan relevansi dengan topik.

Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif yang dipilih yaitu wawancara dan observasi. Observasi ini dilakukan pada guru SLB yang sedang mengajar di kelas, untuk melihat proses pembelajaran guru mengajar anak SLB di kelas. Wawancara dilakukan kepada 9 guru SLB yang mengajar di kelas rendah (kelas 1, 2, atau 3) untuk menggali info strategi coping guru yang mengajar anak SLB di kelas rendah. Wawancara ini dilakukan dengan menggunakan guide interviwe.

Analisis Data

Teknik pemeriksaan keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu. Peneliti menggunakan triangulasi sumber yang berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam penelitian kualitatif (Patton, 1987) dalam Lexy J Moleong (2018) dan triangulasi metode. Dalam penggunaan teknik analisis data, penulis mengacu pada teknik analisis data model interaktif yang dibuat oleh Miles dan Huberman.

RESULT AND DISCUSSION

1. Stressor

a. Perilaku Anak

Salah satu yang menjadi sumber stressor bagi guru adalah perilaku anak ABK. Dari 9 informan peneliti semua mengalami permasalahan yang sama yaitu perilaku siswa ABK. Meski tidak semua guru merasa perilaku siswa membuat mereka stres ataupun pusing. Berdasarkan Tabel 1 dan tabel 2, bahwa Informan 1 merasa kesulitan yang dihadapi olehnya saat mengajar adalah perilaku anak-anak yang suka berteriak, berlarian, dan tidak bisa fokus. Informan 1 juga mengatakan bahwa siswa di kelas rendah lebih susah diatur dibandingkan di kelas tinggi.

Sementara pada informan ke 2 tidak merasakan stres tetapi merasa jengkel dan marah dengan perilaku siswa, namun informan 2 merasa jengkel dan marah ketika anak-anak berperilaku bersembunyi sehingga membuat informan 2 harus mencari anak-anak dan membagi waktunya dengan siswa yang lain. Sementara informan 3 mengatakan bahwa perilaku anak yang kurang membuatnya nyaman adalah anak kurang bisa

mengontrol egonya. Menurut informan 3, anak-anak yang belum bisa mengontrol egonya yaitu ketika mereka sudah bisa namun masih ada teman yang belum bisa mereka meminta agar guru untuk terus melanjutkan materinya. Jika mereka membantu teman yang belum bisa mereka akan membantu dengan mengerjakan tugas teman mereka, bukan mengajarnya. Informan 3 juga mengatakan bahwa ada perilaku siswa yang membuatnya tidak nyaman yaitu anak suka mengintrogasi masalah pribadi guru.

Informan 5 juga mengatakan bahwa ia merasa stres ketika melihat perilaku anak-anak yang luar biasa. Yang dimaksud dengan luar biasa adalah anak-anak tidak bisa diam, suka lari-lari, mengganggu teman, sulit fokus. Informan 9 pun juga mengatakan bahwa anak-anak abk suka lari-lari, belum bisa bicara dan sulit konsentrasi.

Tabel 1. Data Informan

Informan	Usia	Status Pernikahan	Status Kepegawaian	Pendidikan Terakhir	Jabatan	Tahun Bekerja / lama bekerja
1	36 th	Menikah	Honorer	S1 POR	Guru Olahraga	2005 / 18 th (usia 18 th)
2	64 th	Menikah	PNS	S1 PLB	Guru Kelas 1 (Tunagrahita)	2000 / 22 th (usia 25 th)
3	52 th	Menikah	PNS	S1 PLB	Guru Kelas 2 dan 3 (Tunadaksa, Mampu rawat, Tunagrahita)	1997 / 26 th / (usia 26 th)
4	49 th	Menikah	PNS	S1 PLB	Guru Kelas 3 (Tunagrahita)	2009 / 14 th (usia 35 th)
5	53 th	Menikah	PNS	S1 PLB	Guru Kelas 1, 2, 3 (Tunaganda, Autis)	2023 / < 1 bulan
6	37 th	Menikah	PNS	S1 PLB	Guru Kelas 1 dan 4 (Autis, ADHD)	2015 / 8 tahun (usia 29 th)
7	31 th	Belum Menikah	Honorer	S1 PPKn	Guru Kelas 3 dan 4 (Autis)	2016 / 7 tahun / (usia 24 th)
8	38 th	Menikah	Honorer	S1 Seni	Guru Seni SD, SMP	2012/ 11 tahun (usia 27 th)
9	57 th	Menikah	PNS	S1 PLB	Guru Kelas 1 dan 2 (Tunagrahita)	

Tabel 2. Deskripsi Subyek dan Karakteristik Murid

Informan	Jabatan	Latar belakang subyek	Karakteristik murid
1	Guru olahraga	<ul style="list-style-type: none"> Mengajar tahun 2005 Lama megajar 18 tahun Tidak merasa stres Mendapat support dari keluarga dan rekan kerja Tidak menceritakan 	<ul style="list-style-type: none"> Murid tunadaksa, mampu rawat, tunagrahita, autis, ADHD Anak teriak-teriak, berlarian, tidak fokus, tantrum

Informan	Jabatan	Latar belakang subyek	Karakteristik murid
		masalah anak-anak kepada keluarga	
2	Guru Kelas 1	<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar di SLB sejak tahun 2000 atau hampir 22 tahun • Mulai mengajar saat usia 22 tahun • Saat ini berusia 64 tahun • Pernah mengajar jenjang SMP dan SD • Tidak merasa stress, namun jengkel dengan perilaku anak seperti bersembunyi • Mendapat support dari keluarga dan rekan kerja • Tidak membicarakan masalah di sekolah kepada keluarga 	<ul style="list-style-type: none"> • Murid kelas 1 dengan jumlah siswa 5 anak • Jenis ABK tunagrahita sedang • Anak-anak belum bisa membaca dan menulis • Anak moodyan • Anak suka bersembunyi, lari-lari • Beberapa anak ada yang tidak sekolah di TK
3	Guru kelas 2 dan 3	<ul style="list-style-type: none"> • Awal mengajar tahun 1997 atau sudah 26 tahun mengajar • Pernah mengajar SD, SMP, SMA • Merasa nyaman mengajar anak ABK karena menikmatinya • Subyek 3 merasa terbebani dengan tuntutan orang tua yang tidak sesuai dengan keyataannya • Subyek merasa stress karena tuntutan orangtua • Subyek merasa stres ketika subyek mengajar anak dengan kemampuan kognitifnya yang perbedaannya jauh • Subyek mendapatkan support dari keluarga dan rekan kerja • Subyek lebih nyaman bercerita masalah anak-anak kepada rekan kerja dibandingkan keluarga karena keluarga tidak tahu menahu permasalahan yang sebenarnya 	<ul style="list-style-type: none"> • Jenis ABK tunadaksa, mampu rawat, dan tunagrahita sedang • Jumlah murid ada 7 anak • Anak tunadaksa menggunakan bantuan kursi roda, tetapi mereka masih bisa beraktivitas seperti membaca, menulis, mewarnai • Jenis abk mampu rawat menggunakan bantuan kursi roda tetapi tidak bisa beraktivitas seperti yang lainnya • Anak abk tunadaksa dan mampu rawat masih ditunggu orang tua • Anak abk jenis tunagrahita ada yang sudah baik mengikuti pembelajaran dan ada yang kurang • Anak abk tunagrahita suka mencari perhatian, ada yang suka marah-marah dan berkata jorok
4	Guru kelas 3	<ul style="list-style-type: none"> • Subyek mengajar sejak tahun 2009 atau kurang lebih sudah 14 tahun • Subyek mengajar di SLB ini saat usianya 35 tahun • Subyek sudah pernah 	<ul style="list-style-type: none"> • Jenis ABK di kelas ini adalah tunagrahita • Jumlah murid di kelas ini ada 7 anak • Hanya ada satu anak yang bisa diajak

Informan	Jabatan	Latar belakang subyek	Karakteristik murid
		mengajar SMA dan SD <ul style="list-style-type: none"> • Subyek 4 tidak pernah merasa stress elama mengajar anak ABK • Subyek mendapatkan support dari keluarga dan rekan kerja • Subyek tidak pernah menceritakan masalah anak-anak kepada keluarga, karena menurutnya permasalahan di sekolah harus diselesaikan di sekolah bukan di rumah 	berkomunikasi sisanya mereka hanya diam <ul style="list-style-type: none"> • 3 murid di kelas ini cenderung pemalu • Murid di kelas ini mayoritas pendiam sehingga tidak ada yang lari-lari atau berteriak-teriak • Guru harus mendorong murid ketika belajar agar anak mau ikut belajar
5	Guru kelas 1 dan 3	<ul style="list-style-type: none"> • Subyek berusia 53 tahun, namun baru mengajar di sekolah ini awal tahun • Subyek mulai mengajar anak SLB sejak tahun 1991 • Subyek sudah pernah mengajar di TK, SD, SMP, dan SMA • Subyek baru pertama kali mengajar anak abk dengan jenis abk yang berbeda, karena sebelumnya hanya mengajar anak tunarungu • Subyek merasa stress dan pusing karena melihat perilaku anak autis dan tuna ganda • Subyek mendapat support dari keluarga dan rekan kerja • Subyek juga menceritakan permasalahannya kepada keluarga agar bertambah semangat 	<ul style="list-style-type: none"> • Jumlah murid ada 5 anak • Jenis abk autis dan tuna ganda • Anak tidak bisa diam, suka berlarian, teriak-teriak • Ada anak yang jahil dan suka mengganggu temannya • Anak-anak belum bisa berbicara, membaca, dan sebagian ada yang belum bisa menulis • Saat membaca dan berbicara anak suka membeo atau mengulang apa yang dikatakan oleh guru • Ada anak yang menggunakan bahasa isyarat • Anak sulit untuk fokus
6	Guru kelas 1 dan 4	<ul style="list-style-type: none"> • Subyek mengajar di SLB ini sejak tahun 2015 dan mulai mengajar disini saat usianya 30 tahun • Usia subyek 37 tahun atau sudah mengajar di sini selama 7 tahun • Subyek sudah pernah mengajar di kelas 1, 2, 3, dan 4 • Subyek tidak merasa stres dan pusing • Subyek membuat kesepakatan dengan orang 	<ul style="list-style-type: none"> • Jenis abk di kelas ini adalah autis dan ADHD • Jumlah siswa 4 anak, 3 anak autis dan 1 ADHD • Anak suka berbicara sendiri, bermain sendiri, sulit fokus • Anak ADHD lebih bisa fokus dan diajak berkomunikasi dibandingkan dengan anak autis • Ada anak yang tantrum saat pembelajaran

Informan	Jabatan	Latar belakang subyek	Karakteristik murid
		<p>tua diawal pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> • Subyek 6 mendapatkan support dari keluarga dan rekan kerja • Subyek menceritakan permasalahan di sekolah kepada keluarganya terutama suami 	
7	Guru kelas 3 dan 4	<ul style="list-style-type: none"> • Latar belakang pendidikan subyek 7 adalah guru PPKn • Subyek mengajar sejak tahun 2016 atau sudah 7 tahun • Saat ini usia subyek 31 tahun dan wal mengajar di sekolah ini saat berusia 24 tahun • Subyek memilih mengaja di SLB karena pilihannya sendiri atau mengalir begiiru saja tanpa ada rencana • Subyek sudah pernah mengajar di kelas 1,2, 3, dan 4 • Subyek lebih enak mengajar anak tunagrahita • Subyek merasa kewalahan mengajar anak autis • Menurut subyek mengajar 5 anak autis dengan 1 guru kurang ideal • Subyek merasa lelah dan pusing melihat kondisi anak yang tidak bisa terkondisikan • Subyek mendapatkan support sistem dari keluarga dan rekan kerja 	<ul style="list-style-type: none"> • Jumlah murid ada 5 anak dengan jenis abk autis • 2 dari 5 anak bisa diajak komunikasi sementara 3 yang lainnya tidak bisa diajak komunikasi atau hanya diam • 3 anak ini suka melamun, lari-lari, berteriak, menangis saat ditanya • Ada anak yang suka menggambar saat jam pelajaran
8	Guru seni	<ul style="list-style-type: none"> • Subyek mengajar di sini sejak tahun 2012 atau sudah 11 tahun lamanya • Saat ini subyek berusia 38 tahun dan awal mengajar di sini saat usia subyek 27 tahun • Saat awal megajar anak SLB subyek merasa kaget dan sulit memahami anak-anak • Subyek merasa enjoy mengajar anak-anak • Subyek tidak pernah merasa stres ataupun pusing 	<ul style="list-style-type: none"> • Murid dari jenjang SD, SMP, SMA • Murid di kelas 1, 2,3 banyak yang kurang fokus saat pembelajaran • Ada yang suka bermain sendiri, melamun, ngobrol sendiri • Sebagian anak juga tidak bisa mengikuti pembelajaran saat latihan pianika • Guru masih menulis catatan note untuk anak-anak, karena mereka

Informan	Jabatan	Latar belakang subyek	Karakteristik murid
		<ul style="list-style-type: none"> • Subyek juga belajar bahasa isyarat agar bisa memahami anak-anak • Subyek mendapat dukungan dari keluarga dan rekan kerja • Subyekjarang menceritakan permasalahan yang dihadapi kepada keluarganya karena LDR dengan suaminya 	lama saat menulis note
9	Guru kelas 1 dan 2	<ul style="list-style-type: none"> • Subyek mengajar sejak tahun 2015 atau sudah mengajar disini selama 8 tahun • Saat ini usia subyek 57 tahun dan mulai mengajar di sekolah ini saat usianya 49 tahun • Subyek sudah pernah mengajar jenjang SD, SMP, SMA • Subyek merasa rasio rombel belajar yang ia ampu tidak ideal, misalnya anak kelas 3 belum tentu lebih baik dibandingkan kelas 1 begitu sebaliknya • Subyek tidak merasa stres ataupun pusing • Subyek mendapatkan support dari rekan kerja dan keluarga • Subyek juga menceritakan permasalahan kepada keluarga terutama kepada anaknya karena profesinya sama yaitu guru SLB 	<ul style="list-style-type: none"> • Murid berjumlah 5 anak terdiri dari kelas 1 dan 2 • Jenis abk di kelas ini adalah tunagrahita • Anak belum bisa membaca, berbicara • Banyak anak yang usil namun usilnya masih dalam batas wajar, seperti memanggil gurunya lalu bersembunyi • Anak sulit berkonsentrasi

Tabel 3. Sumber Stressor Perilaku Anak

Jenis Perilaku	Informan									Total Persentasi
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Lari-lari	√	√			√	√	√	√	√	77,78%
Berteriak	√				√	√	√	√		55,56%
Tidak bisa fokus / diam	√				√		√		√	44,44%
Sulit diatur	√									11,11%
Anak suka bersembunyi		√								11,11%

Jenis Perilaku	Informan									Total Persentasi
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Histeris		√								11,11%
Nangis		√					√			22,22%
Anak belum bisa mengontrol ego			√							11,11%
Suka mengintrogasi masalah pribadi			√							11,11%
Berkata jorok			√							11,11%
Usil					√		√	√	√	44,44%
Tantrum						√				11,11%

Dari data pada Tabel 3 di atas dapat disimpulkan bahwa sumber stressor informan berupa perilaku anak yang lari-lari sebanyak 77,78% yaitu informan 1, 2, 5, 6, 7, 8, dan 9. Sementara sumber stressor perilaku anak berupa berteriak sebanyak 55,56% yaitu informan 1, 5, 6,7, dan 8. Stressor perilaku anak tidak bisa fokus sebanyak 44,44% dan yang mengalami adalah informan 1, 5, 7, dan 9. Stressor anak sulit diatur sebanyak 11,11% dan hanya informan 1 yang mengalami. Stressor anak suka bersembunyi dan histeris 11,11% dan hanya informan 2 yang mengalami. Stressor anak suka menangis sebanyak 22,22% dan yang mengalaminya adalah informan 2 dan 7. Stressor anak belum bisa mengontrol ego, suka mengintrograsi masalah pribadi guru, dan berkata jorok sebanyak 11,11% dan hanya informan 3 yang mengalami. Stressor anak usil sebanyak 44,44% dan yang mengalami adalah informan 5, 7,8, dan 9. Dan stressor anak tantrum sebanyak 11,11% hanya informan 6 yang mengalami.

b. Sulit Memahami Anak ABK

Karakteristik anak ABK yang berbeda-beda tak jarang membuat beberapa guru merasa kesulitan memahami mereka. Hal ini seperti yang dirasakan oleh subyek 1 dan subyek 7. Informan 1 dan 7 mengatakan bahwa mereka sulit memahami anak ABK karena belum bisa menggunakan bahasa isyarat dan tidak bisa memahami anak autis karena measa tidak bisa menyampaikan apa yang mereka inginkan.

Berdasarkan hasil wawancara maka dapat disimpulkan bahwa informan mengalami kesulitan untuk memahami anak ABK hanya ada 2 informan yaitu informan 1 dan 7 atau sebesar 22,22%. Hai ini dikarenakan informan belum bisa mengutarakan apa yang mereka rasakan. Ini terjadi pada anak abk dengan jenis ketunaan tunawicara dan autis.

c. Anak Belum Bisa Membaca, Menulis, dan Berbicara

Anak-anak ABK khususnya yang ada di kelas rendah sebagian memang belum bisa berbicara, membaca, dan menulis. Sehingga membuat guru harus lebih ekstra sabar ketika mengajari mereka. Sebagian ana pun belum bisa berbicara huruf vokal seperti "a" "i" "u" "e" "o". Bahkan ketika guru mengajari mereka, mereka lari. Sama yang seperti dikatakan oleh informan 2, 3, 5, dan 9. Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa guru mengalami kesulitan saat mengajar karena anak di kelas rendah belum bisa membaca, menulis, dan berbicara sebanyak 4 informan yaitu informan 2, 3, 5, dan 9 dengan jumlah persentasi 44,44%.

d. Anak Belum Bisa Toilet Training

Informan 3 merasa kesulitan ketika anak-anak belum bisa toilet training. Ketika anak belum bisa toilet training maka guru harus mengantar dan menemani anak ke toilet. Sehingga membuat perhatian guru harus terbagi dan guru harus meninggalkan siswa yang ada di dalam kelas.

Dari hasil wawancara maka dapat disimpulkan bahwa anak yang belum bisa toilet training membuat guru kesulitan dalam proses pembelajaran. Jumlah informan yang merasa kesulitan anak belum bisa toilet training hanya ada 1 informan yaitu informan 3 dengan jumlah persentasi sebanyak 11,11%.

e. Tuntutan Orang Tua

Banyak orang tua yang berharap ketika anaknya bersekolah bisa meraih prestasi akademik. Atau setidaknya bisa terus meningkat dan berkembang setiap harinya. Tuntutan orang tua yang terlalu tinggi pada anaknya terkadang membuat guru merasa tertekan. Hal ini disampaikan oleh subyek 3 yang mengatakan bahwa orang tua terlalu menuntut bahwa anaknya bisa ini itu padahal kenyataannya anak tersebut belum bisa. Selain itu ada orang tua yang menuntut guru untuk menyeboki anaknya dan menunggu anaknya saat jam istirahat. Padahal siswa yang harus diperhatikan tidak hanya satu.

Dari hasil wawancara maka dapat disimpulkan bahwa tuntutan orang tua yang menjadi beban bagi guru adalah orangtua berharap anak maju dalam akademik, menyeboki anaknya, menemani saat jam istirahat. Hanya ada satu informan yang menjadikan tuntutan orang tua sebagai sumber stressor yaitu informan 3 dengan jumlah persentase 11,11%.

f. Kelas yang Tidak Ideal

Idealnya di sekolah ABK 1 guru mengampu maksimal 8 siswa. Dan idealnya jika di sekolah umum kemampuan anak rata-rata sama. Berbeda dengan sekolah SLB, dalam satu kelas kemampuan siswa kelas 3 bahkan terkadang masih sama seperti kelas 1 sehingga antara kelas 3 dan 1 dijadikan satu. Selain itu jumlah guru yang tidak sesuai dengan rasio seharusnya membuat pembelajaran juga jadi kurang fokus. Sama seperti yang disampaikan oleh informan 1, 3, dan 7 merasa pusing dan membuat proses pembelajaran menjadi tidak fokus. Sementara menurut informan 9 rombel belajar yang tidak sama antara satu dengan yang lainnya menjadi tidak ideal. Sehingga sebanyak 44,44% informan merasa kelas yang mereka ampu tidak ideal.

g. Treatment yang diberikan Tidak Berkesinambungan

Dari sembilan informan hanya satu informan yang mengatakan bahwa treatment yang diberikn tidak berkesinambungan bisa menjadi permasalahan dalam pembelajaran. treatment itu bisa berasal dari guru dan orang tua. Treatment yang dari guru misalkan di kelas 1 guru memberikan treatment a lalu di kelas selanjutnya guru tidak memberikan treatment a, hal ini menyebabkan anak tidak mengalami kemajuan dan menjadi sumber kesulitan dalam hal pembelajaran. selain itu treatment dari guru yaitu ketika guru memberikan treatment a namun ketika di rumah orang tua tidak melanjutkan treatment a yang diberikan oleh guru ketika di sekolah. Ini juga menjadi sumber kesulitan bagi guru. Jadi sebanyak 11,11% sumber stressor treatment yang diberikan tidak berkesinambungan.

Berikut adalah tabel persentasi sumber stressor yang dialami oleh 9 informan guru yang mengajar di SLB Negeri Surakarta:

Tabel 4. Persentase Sumber Stressor Guru

Sumber Stressor	Jumlah Persentase
Perilaku anak	88%
Sulit memahami anak ABK	22,22%
Anak belum bisa membaca, menulis, dan berbicara	44,44%
Anak belum bisa toilet training	11,11%
Tuntutan orang tua	11,11%
Kelas yang tidak ideal	44,44%
Treatment yang diberikan tidak berkesinambungan	11,11%

Dari data tabel di atas dapat disimpulkan bahwa sumber stressor paling banyak dialami oleh informan yaitu perilaku anak dengan jumlah persentase 88%. Sedangkan persentase sumber stressor paling sedikit yaitu anak belum bisa toilet training, tuntutan orang tua, dan treatment yang diberikan tidak berkesinambungan dengan jumlah persentase sebanyak 11,11%. Sementara sumber stressor kelas tidak ideal sebanyak 44,44%, anak belum bisa membaca, menulis, dan berbicara sebanyak 44,44%, dan sulit memahami anak ABK dengan jumlah persentase 22,22%.

2. Strategi Coping Guru

a. Berfikir Positif

Seluruh informan pada penelitian ini memiliki strategi coping berfikir positif. Seluruh informan berfikir bahwa anak ABK adalah anak istimewa yang sama seperti anak pada umumnya. Mereka tidak membedakan antara anak yang satu dengan yang lainnya. Informan juga berpendapat bahwa capaian untuk anak-anak ABK bukannya dalam hal akademik melainkan. Selain itu agar informan tidak merasa stres informan menikmati pekerjaan mereka. Membuat situasi menyenangkan mungkin adalah kuncinya.

Dengan menikmati pekerjaan dan membuat pekerjaan menjadi menyenangkan mungkin, maka akan banyak hikmah yang didapatkan. Baik informan mengajari anak-anak atau bahkan informan yang akan belajar dari anak-anak. pelajaran yang bisa diambil dari berfikir positif dan menikmati pekerjaan diantaranya yaitu sabar, ikhlas, bersyukur, toleransi, dan saling memahami satu sama lain. Satu dari sembilan informan mengatakan bahwa beliau ingin menjadi guru SLB sudah sejak SMA dan tulus ingin membantu anak SLB terutama tunarungu.

Berikut ini adalah kategorisasi berfikir positif menurut masing-masing individu:

Tabel 5. Kategorisasi Berfikir Positif

Kategorisasi berfikir positif	Informan									Total persentase	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
Menerima kondisi anak tanpa membeda-bedakan	√	√		√		√					44,44%
Menikmati pekerjaan		√		√				√			33,33%
Sabar			√		√		√	√			44,44%
Ikhlas			√		√		√	√			44,44%
Bersyukur			√		√			√	√		44,44%

Dari tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa strategi koping yang digunakan guru berupa berfikir positif terdiri dari beberapa kategori, diantaranya yaitu menerima kondisi anak tanpa membeda-bedakan sebanyak 44,44% dan yang menggunakan strategi ini adalah informan 1, 2, 3, dan 6, menikmati pekerjaan sebanyak 33,33% dan yang menggunakan strategi ini adalah informan 2, 4, dan 8, strategi koping sabar dan ikhlas sebanyak 44,44% dan yang menggunakan strategi ini adalah informan 3, 5, 7, dan 8, dan bersyukur sebanyak 44,44% dimana yang menggunakan strategi ini adalah informan 3, 5, 8, dan 9. Strategi koping berfikir positif digunakan oleh informan untuk mengatasi sumber stressor anak berupa perilaku anak yang muncul selama proses kegiatan pembelajaran, sulit memahami anak ABK, serta anak yang belum bisa membaca, menulis, dan berbicara.

b. Mengontrol Diri (Befikir Sebelum Bertindak)

Untuk mengatasi kesalah pahaman dengan orang tua informan 1 tidak langsung ikut memarahi atau ikut emosi pada orang tua. Informan 1 bisa mengendalikan dirinya dan emosinya. Informan lebih memilih memanggil orang tua dan menjelaskan pokok permasalahan kepada orang tua agar tidak terjadi kesalahpahaman lagi. Sementara untuk mengatasi anak yang suka bersembunyi, berteriak, lari-larian informan 2 lebih memilih untuk bersikap tegas kepada anak-anak. Adakalanya guru harus memarahi anak dan ada kalanya guru bersikap lembut kepada anak.

Dari hasil wawancara maka dapat disimpulkan bahwa strategi koping mengontrol diri yang dilakukan informan adalah mengendalikan emosi dan bersikap tegas. Adapun informan yang menggunakan strategi ini adalah informan 1 dan 2 dengan jumlah persentase 22,22%. Informan 1 menggunakan strategi koping mengontrol diri untuk mengatasi sumber stressor kesalahan pahaman dengan orang tua. Sementara informan 2 menggunakan strategi koping mengontrol diri untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak yang suka bersembunyi dengan cara memberikan perlakuan kepada anak tergantung dari sikap anak, terkadang guru perlu lembut kepada anak dan terkadang guru perlu tegas kepada anak.

c. Menerima Tanggung Jawab

Sementara untuk mengatasi stres atau mencegah stres dalam mengajar anak-anak ABK informan 3, 6, dan 9 mengatasinya dengan berfikir bahwa apa yang sudah menjadi menjadi pilihan kita adalah tanggung jawab kita. Sama halnya dengan ketika informan memilih untuk menjadi guru SLB maka sudah sepatutnya menerima dan mengajari anak-anak adalah bagian dari tanggung jawab seorang guru.

Dari hasil wawancara maka dapat disimpulkan bahwa strategi koping menerima tanggung jawab yang dilakukan oleh informan yaitu dengan berfikir bahwa mendidik dan mengajari murid adalah tugas dan tanggung jawab guru. Adapun informan yang menggunakan strategi menerima tanggung jawab adalah informan 3, 5, 9 dengan jumlah persentase 33,33%. Strategi koping menerima tanggung jawab informan gunakan untuk mengatasi sumber stressor perilaku-perilaku anak ABK saat proses pembelajaran berlangsung. Bagi para informan apapun yang terjadi di kelas guru harus bertanggung jawab dengan tugasnya karena itu adalah pilihannya sendiri.

d. Memecahkan Masalah dengan Terencana

Untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang terjadi selama proses pembelajaran 1, 2, 3, 5, 6, dan 9 dengan cara memecahkan masalah dengan terencana. Seperti mengkomunikasikan dengan orang tua untuk mencari solusi bersama, menjelaskan kepada anak sebab dan akibat dari perilaku yang akan ditimbulkan, dan koordinasi dengan pihak sekolah dan orang tua. Kesepakatan yang dilakukan antara pihak sekolah, guru, dan orang tua biasanya dilakukan diawal pembelajaran atau awal semester. Sementara untuk mengatasi anak yang tidak fokus saat proses pembelajaran informan 5 memanggil satu persatu anak untuk maju ke depan. Hal ini dilakukan juga untuk mengecek sejauh mana pemahaman anak terhadap materi yang disampaikan oleh guru. Lain halnya yang dilakukan oleh informan 9 yang mengatasi anak tidak fokus saat belajar dengan cara membagi pelajaran, seperti guru mengajari siswa a sementara siswa yang dilain diberi aktivitas seperti mewarnai atau menggambar agar tidak lari-lari.

Strategi koping memecahkan masalah dengan terencana digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor tuntutan orang tua dan perilaku anak, kesulitan anak yang dihadapi di sekolah untuk mencari jalan keluar bersama agar sinkron antara guru, orang tua dan pihak sekolah. Sementara strategi koping memecahkan masalah dengan terencana digunakan informan 2 untuk mengatasi sumber stressor anak perilaku anak yang duka menangis dan suka bersembunyi. Informan 3 menggunakan strategi koping memecahkan masalah dengan terencana untuk mengatasi sumber stressor tuntutan orang tua dan anak yang belum bisa toilet training. Informan 5 menggunakan strategi koping ini untuk mengatasi sumber stressor anak yang belum bisa membaca, menulis, dan berbicara. Informan 5 menggunakan strategi ini untuk mengatasi sumber stressor berupa perilaku anak dengan cara mengkomunikasikan kepada orang tua anak. sementara informan 9 menggunakan strategi ini untuk mengatasi sumber stressor berupa perilaku anak dengan cara memagari tempat duduk anak.

e. Memecahkan Masalah dengan Konkrit

Sementara informan 3, 5 dan 8 untuk mengatasi permasalahan yang ada di kelas melakukan pemecahan masalah dengan konkrit. Maksudnya adalah guru memberikan contoh langsung kepada muridnya ketika menyelesaikan masalah. Contohnya ketika ada murid yang tidak sabar menunggu temannya menyelesaikan tugas, maka guru meminta murid tersebut berpura-pura menjadi gurunya dan guru menjadi murid. Dengan begitu murid akan merasakan apa yang dirasakan oleh guru. Lalu ketika pembelajaran seni musik ada yang tertinggal mengikuti tangga nada, maka guru akan meminta murid untuk memperhatikan temannya agar bisa mengikuti kembali.

Strategi koping guru yang dilakukan dengan memecahkan masalah dengan konkrit yaitu dengan pemberian contoh langsung kepada murid. Strategi koping memecahkan masalah dengan konkrit digunakan oleh informan 5 dan 8 untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak yang tidak bisa fokus dan anak yang belum bisa membaca, menulis, dan berbicara.

f. Mencari Dukungan Sosial

Semua informan melakukan strategi koping dengan mencari dukungan sosial. Dukungan sosial biasa dilakukan dengan sharing kepada sesama rekan kerja. Namun pihak sekolah pun juga menyediakan forum untuk melakukan diskusi bersama guna mencari solusi untuk pemecahan masalah yang dihadapi. Menurut informan satu masalah bisa saja

diselesaikan dengan beberapa cara. Untuk itu sharing dengan sesama teman sangat efektif untuk memecahkan permasalahan yang ada.

Sharing dengan sesama rekan kerja lebih sering dilakukan karena setiap hari mereka bertemu dan bercakap-cakap setiap saat. Sementara sharing dengan pihak sekolah pada forum yang disediakan sekolah jarang dilakukan. Hal ini dikarenakan kegiatan sharing di forum hanya diadakan pada saat awal semester saja.

Sementara dari 9 informan hanya ada 3 informan yang sharing dengan keluarga seperti suami, anak, dan orang tua. Sementara 6 informan lainnya berpendapat bahwa masalah yang dihadapi ketika di sekolah diselesaikan di sekolah. Keluarga pun tidak tau secara langsung permasalahan yang terjadi ketika proses pembelajaran sehingga tidak perlu sharing kepada keluarga. Tetapi jika menyangkut tentang kebijakan sekolah baru informan bercerita kepada keluarga

Strategi koping mencari dukungan sosial digunakan oleh seluruh informan untuk mengatasi seluruh sumber stressor yang dihadapi oleh informan. Dukungan sosial berupa dari rekan kerja atau dari keluarga. Dari 9 informan semua menggunakan strategi koping dukungan sosial dari rekan kerja. Namun hanya ada 3 informan yang menggunakan strategi koping dukungan sosial dari keluarga yaitu informan 6, 7, dan 9.

Tabel 6. Kategorisasi Hasil Penelitian

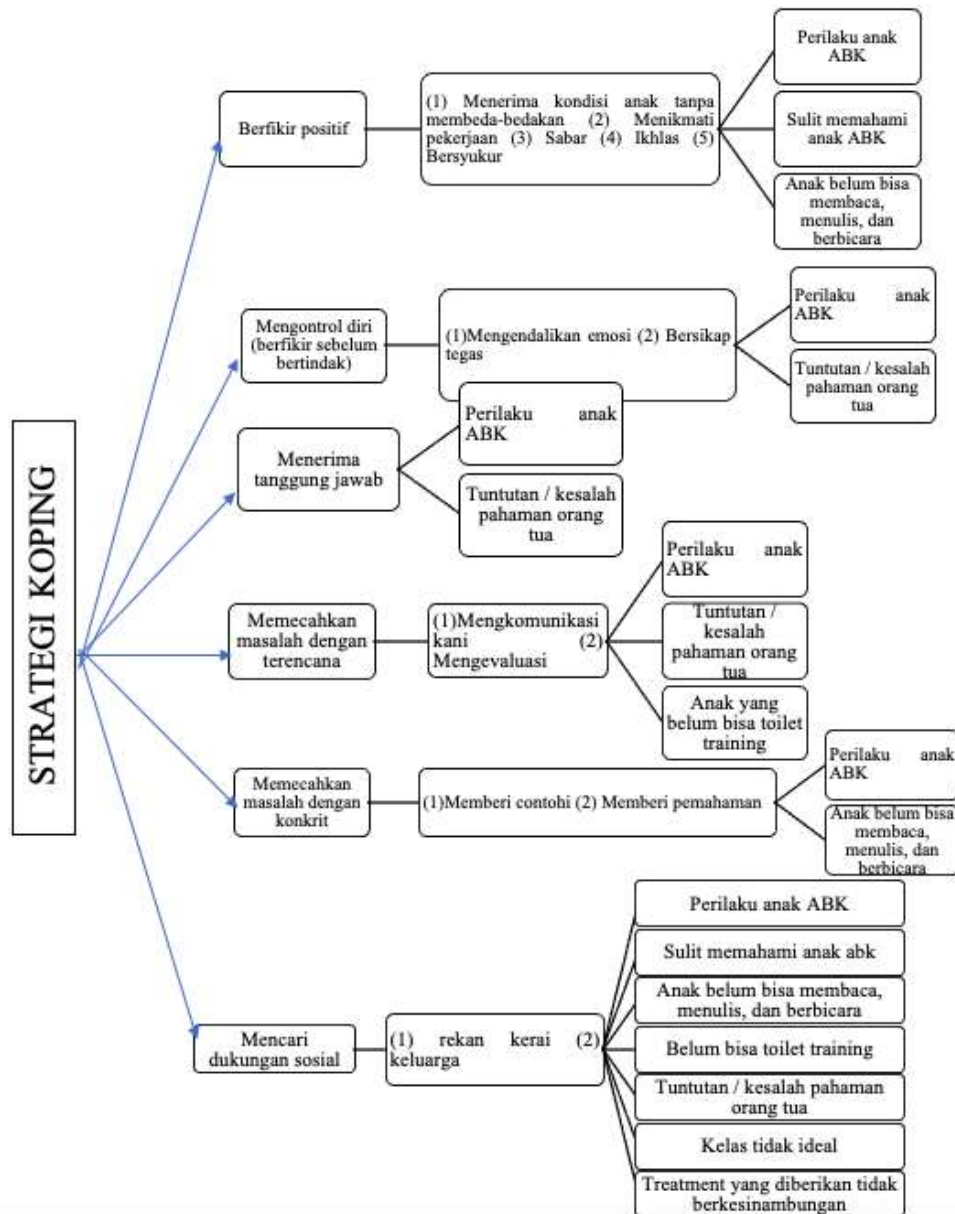
No	Kategori	Informan								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Sumber stressor									
	Perilaku siswa	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	Sulit memahami anak ABK	+	-	-	-	-	-	+	-	-
	Anak belum bisa berbicara membaca, dan menulis	-	+	-	-	+	-	-	-	+
	Anak belum bisa toilet training	-	-	+	-	-	-	-	-	-
	Tuntutan orang tua	-	-	+	-	-	-	-	-	-
	Kelas yang tidak ideal	+	-	+	-	-	-	+	-	+
2	Treatment yang diberikan tidak berkesinambungan	-	-	-	-	-	+	-	-	-
	Strategi koping									
	Berfikir positif	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	Mengontrol diri	+	+	-	-	-	-	-	-	-
	Menerima tanggung jawab	-	-	+	-	-	+	-	-	+
	Memecahkan masalah dengan terencana	+	+	+	-	+	+	-	-	+
	Memecahkan masalah dengan konkrit	-	-	+	-	+	-	-	+	-
Mencari dukungan sosial										
Rekan kerja	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Keluarga	-	-	-	-	-	+	+	-	+	

Keterangan:

+ = melakukan

- = tidak melakukan

Gambar 1. Bagan Strategi Koping



Sesuai dengan hasil penelitian yang diperoleh tentang strategi koping guru yang mengajar di kelas rendah pada sekolah luar biasa, maka selanjutnya peneliti menganalisis hasil temuan di bawah ini:

Berdasarkan hasil temuan di lapangan maka ditemukan fakta bahwa ada beberapa hal yang menjadi sumber stressor guru SLB. Sumber stressor informan berupa perilaku anak yang lari-lari sebanyak 77,78% yaitu informan 1, 2, 5, 6, 7, 8, dan 9. Sementara sumber stressor perilaku anak berupa berteriak sebanyak 55,56% yaitu informan 1, 5, 6, 7, dan 8. Stressor perilaku anak tidak bisa fokus sebanyak 44,44% dan yang mengalami adalah informan 1, 5, 7, dan 9. Stressor anak sulit diatur sebanyak 11,11% dan hanya informan 1 yang mengalami. Stressor anak suka bersembunyi dan

histeris 11,11% dan hanya informan 2 yang mengalami. stressor anak suka menangis sebanyak 22,22% dan yang mengalaminya adalah informan 2 dan 7. Stressor anak belum bisa mengontrol ego, suka mengintrograsi masalah pribadi guru, dan berkata jorok sebanyak 11,11% dan hanya informan 3 yang mengalami. Stressor anak usil sebanyak 44,44% dan yang mengalami adalah informan 5, 7, 8, dan 9. Dan stressor anak tantrum sebanyak 11,11% hanya informan 6 yang mengalami. Berbagai macam perilaku anak di kelas rendah ini menjadi salah satu sumber stressor informan. Selaras dengan hasil penelitian Gunuc dan Kayabaşı (2018) menunjukkan bahwa perilaku *challenging* siswa, seperti perilaku agresif atau menantang, adalah stressor utama bagi guru SLB kelas rendah. Guru menghadapi tantangan dalam mengelola perilaku siswa tersebut dan dapat merasa tidak mampu memenuhi kebutuhan siswa tersebut.

Sumber stressor yang kedua bagi guru SLB adalah sulit memahami anak ABK. Informan mengalami kesulitan untuk memahami anak ABK hanya ada 2 informan yaitu informan 1 dan 7 atau sebesar 22,22%. Hal ini dikarenakan informan belum bisa mengutarakan apa yang mereka rasakan. Ini terjadi pada anak abk dengan jenis ketunaan tunawicara dan autis. Informan merasa sulit memahami anak abk karena mereka tidak paham dengan apa yang mereka katakan, keterbatasan memahami bahasa, dan anak yang tidak bisa menyampaikan apa yang mereka inginkan. Hartati dan Nisa (2018) menemukan bahwa keterbatasan berkomunikasi dengan anak tunarungu menjadi salah satu sumber stres bagi guru SLB. Ratnawati dan Nuraini (2017) menunjukkan bahwa keterbatasan berkomunikasi dengan anak autis menjadi salah satu sumber stres bagi guru SLB. Susilawati (2016) menemukan bahwa keterbatasan berkomunikasi dengan anak tunanetra menjadi salah satu sumber stres bagi guru SLB.

Sumber stressor yang ketiga adalah anak belum bisa berbicara, membaca dan menulis. Informan mengalami kesulitan saat mengajar karena anak di kelas rendah belum bisa membaca, menulis, dan berbicara sebanyak 4 informan yaitu informan 2, 3, 5, dan 9 dengan jumlah persentasi 44,44%. Handayani (2019) menunjukkan bahwa keterbatasan kemampuan berbicara pada anak dengan kebutuhan khusus, seperti anak autis atau tunarungu, menjadi salah satu sumber stres bagi guru SLB. Anak-anak seperti ini belum tahu bagaimana cara mengutarakan pendapat dan isi hati mereka, sehingga guru sulit memahaminya.

Sumber stressor yang keempat, yaitu anak belum bisa toilet training. Jumlah informan yang merasa kesulitan anak belum bisa toilet training hanya ada 1 informan yaitu informan 3 dengan jumlah persentasi sebanyak 11,11%. Informan dituntut untuk menemani dan mengantar anak ketika ingin ke kamar mandi. Hal ini membuat beban kerja guru semakin bertambah, guru harus membagi waktu, perhatian dan fokusnya ketika mengajar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugiarto, dkk. (2019) hasil penelitian dapat dilihat bahwa beban kerja mental tinggi, dari 15 orang yang beban kerja mental sangat tinggi, terdapat 9 orang (60%) mengalami stres kerja tinggi. Semakin tinggi beban kerja mental maka semakin tinggi pula stres kerja guru. Hal ini disebabkan karena dalam mengajar anak berkebutuhan khusus guru terlebih dahulu harus memahami karakter dari setiap anak berkebutuhan khusus agar dapat lebih mudah dalam mengajar. Untuk mengajar anak sekolah dasar biasa saja guru kadang merasa kesulitan apalagi mengajar anak SD berkebutuhan khusus. Guru harus pandai mengatur keadaan kelas agar proses belajar mengajar dapat berjalan, meskipun dalam suasana yang kurang kondusif (Azwar, 2022).

Sumber stressor yang kelima, yaitu tuntutan / kesalah pahaman orang tua. tuntutan orang tua yang menjadi beban bagi guru adalah orangtua berharap anak maju

dalam akademik, menyeboki anaknya, menemani saat jam istirahat. Hanya ada satu informan yang menjadikan tuntutan orang tua sebagai sumber stressor yaitu informan 3 dengan jumlah persentase 11,11%. Penelitian yang dilakukan oleh Binti Sulaeman, dkk. (2020) menunjukkan bahwa konflik dengan orang tua menjadi salah satu faktor yang menyebabkan stres pada guru SLB. Konflik tersebut terjadi karena adanya perbedaan antara apa yang diharapkan oleh orang tua dan kenyataan yang terjadi dalam proses pembelajaran anak di sekolah. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa konflik dengan orang tua dapat berdampak negatif pada kinerja guru, seperti menurunnya motivasi, kepuasan kerja, dan kesehatan mental.

Sumber stressor yang keenam, yaitu kelas yang tidak ideal. Kelas yang tidak ideal adalah jumlah guru yang tidak sesuai dan rombel belajar yang tidak sama antara siswa yang satu dengan yang lainnya. Dari 9 informan 3 informan merasa kelas tidak ideal dikarenakan jumlah guru yang kurang yaitu informan 1, 3, dan 7 dan 1 informan merasa tidak kelas ideal karena rombel belajar yang berbeda yaitu informan 9. Sehingga sebanyak 44,44% informan merasa kelas yang mereka ampu tidak ideal. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amalia, Wahyuni, & Ekawati (2017) melalui wawancara yang dilakukan kepada 6 orang guru di SLB Negeri Semarang didapatkan informasi bahwa guru sulit dalam mengajar karena jumlah siswa yang banyak dan melebihi standard dengan tingkat kognitif yang berbeda-beda. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Linayaningsih (2015) dimana didapatkan informasi bahwa pengajar yang menghadapi siswa tidak lebih dari 6 orang mampu memberikan instruksi dengan baik dan bantuan langsung kepada siswa. Adapun pengajar yang menghadapi lebih dari 10 siswa mengalami kesulitan karena siswa tidak tenang sehingga guru biasanya memanggil nama siswa dengan suara yang keras.

Sumber stressor yang ketujuh, yaitu treatment yang diberikan tidak berkesinambungan. Treatment yang dimaksud adalah ketika siswa di kelas A diberikan treatment yang sesuai dengan kebutuhan anak. namun setelah di kelas B treatment yang diberikan oleh gurunya di kelas sebelumnya tidak dilanjutkan. Hanya ada 1 informan yang merasa treatment yang diberikan tidak berkesinambungan sebagai salah satu sumber stressor guru yaitu informan 6. Jadi sebanyak 11,11% sumber stressor treatment yang diberikan tidak berkesinambungan.

Adapun strategi koping yang digunakan antara individu yang satu dengan yang lainnya berbeda. Beberapa strategi koping yang digunakan oleh guru SLB di SLB Negeri Surakarta. *Pertama*, Strategi berfikir positif digunakan informan untuk mengatasi stress perilaku anak ABK, sulit memahami anak ABK, dan anak yang belum bisa membaca, menulis, dan berbicara. Berfikir positif dapat mengurangi tekanan stress yang dirasakan oleh informan. Hal ini sejalan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Kwon (2019), dimana penelitian ini menunjukkan hasil bahwa pemikiran positif dapat menurunkan stres pada mahasiswa keprawatan hingga 42,5%. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Budimir, dkk (2021), penelitian tersebut menunjukkan bahwa berfikir positif, dukungan sosial, dan menjaga kesehatan mental mampu membantu mengurangi stres akibat dampak dari COVID-19. Individu yang memiliki skor berfikir positif yang tinggi akan memiliki kesehatan mental yang lebih baik selama lockdown.

Kedua, Strategi koping mengontrol diri digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak ABK dan tuntutan / kesalah pahaman orang tua di SLB Negeri Surakarta. Hasil temuan ini sejalan dengan hasil penelitian dari Powers, dkk (2020) mengontrol diri memberikan efektifitas lebih besar untuk menurunkan tingkat kecemasan saat memasuki sekolah. Kontrol diri dikaitkan dengan kemampuan individu

untuk mengatasi stress (Duckworth et al. 2013). Selanjutnya, pengendalian diri dapat menjadi sasaran intervensi yang ditujukan untuk meningkatkan kemampuan seseorang untuk mengatasi stres. Abu Suliman dan Balawi (2014) menyelidiki intervensi yang membahas keterampilan pengendalian diri di kalangan tinggi siswa sekolah dan mengamati bahwa kelompok yang menerima perlakuan, relatif terhadap kelompok kontrol tanpa pengobatan, mengalami penurunan pengalaman stres. Dengan demikian, pengendalian diri dampaknya menjadi karakteristik individu yang penting untuk kemampuan seseorang mengatasi stres.

Ketiga, Strategi koping menerima tanggung jawab digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak ABK dan tuntutan / kesalahan pemahaman orang tua. Sejalan dengan hasil penelitian dari Popa (2020) mengatakan bahwa untuk mengelola stres secara efisien selama ujian, mahasiswa kedokteran menggunakan koping penerimaan dan perencanaan mekanisme, yang dapat meningkatkan kemampuan pengaturan emosi mereka dan membantu mereka fokus pada pemecahan masalah.

Keempat, Strategi koping memecahkan masalah dengan terencana digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak ABK, tuntutan / kesalahan pemahaman orang tua dan anak yang belum bisa toilet training. Li, J, dkk (2021) menunjukkan bahwa guru yang menggunakan strategi koping berbasis pemecahan masalah dengan terencana cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan tingkat kesejahteraan lebih tinggi. Popa (2020) mengatakan bahwa untuk mengelola stres secara efisien selama ujian, mahasiswa kedokteran menggunakan koping penerimaan dan perencanaan mekanisme, yang dapat meningkatkan kemampuan pengaturan emosi mereka dan membantu mereka fokus pada pemecahan masalah.

Kelima, Strategi koping memecahkan masalah dengan konkrit digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak dan anak yang belum bisa membaca, menulis, dan berbicara. Lee, S, dkk (2020) menunjukkan hasil bahwa penggunaan strategi koping memecahkan masalah dengan pendekatan konkrit secara signifikan mengurangi tingkat stres pada partisipan.

Keenam, Strategi koping mencari dukungan sosial digunakan informan untuk mengatasi seluruh sumber stressor yang informan hadapi selama mengajar anak ABK, seperti perilaku anak ABK, sulit memahami anak ABK, anak belum bisa membaca, menulis, dan berbicara, anak belum bisa toilet training, tuntutan / kesalahan pemahaman orang tua dan treatment yang diberikan tidak berkesinambungan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Choi, dkk (2019) mengungkapkan bahwa strategi koping aktif dan mencari dukungan meringankan fenomena kelelahan yang tidak diinginkan akibat stres kerja emosional, sementara strategi koping menghindar tidak memiliki efek moderasi yang signifikan. Hasil penelitian yang dilakukan Altuntaş, O., & Tekeci, Y. (2020), menunjukkan bahwa partisipan lebih banyak menggunakan strategi koping dukungan sosial karena lebih efektif menurunkan tingkat stres dibandingkan strategi yang lain.

CONCLUSION

Ada beberapa hal yang menjadi sumber stressor bagi guru SLB Negeri Surakarta, diantaranya perilaku siswa meliputi anak suka berlarian, berteriak, tidak bisa fokus, sulit diatur, anak suka bersembunyi, suka menangis, belum bisa mengontrol ego, suka mengintrograsi masalah pribadi, berkata jorok, usil dan tantrum. Sumber stressor yang kedua yaitu sulit memahami anak ABK. Sumber stressor yang ketiga yaitu anak yang belum bisa berbicara, membaca, dan menulis. Sumber stressor yang keempat anak yang belum bisa toilet training. Sumber stressor yang kelima yaitutuntutan orang tua, kelas yang tidak ideal, treatment yang diberikan dan tidak berkesinambungan,

Sementara strategi koping yang digunakan anantara individu yang satu dengan yang lainnya berbeda. Adapun strategi koping yang digunakan oleh guru SLB Negeri Surakarta yaitu, (1) strategi berfikir positif digunakan informan untuk mengatasi stress perilaku anak ABK, sulit memahami anak ABK, dan anak yang belum bisa membaca, menulis, dan berbicara. (2) Strategi koping mengontrol diri digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak ABK dan tuntutan / kesalahan pahaman orang tua di SLB Negeri Surakarta. (3) Strategi koping menerima tanggung jawab digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak ABK dan tuntutan / kesalahan pahaman orang tua. (4) Strategi koping memecahkan masalah dengan terencana digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak ABK, tuntutan / kesalahan pahaman orang tua dan anak yang belum bisa toilet training.. (5) Kelima, Strategi koping memecahkan masalah dengan konkrit digunakan informan untuk mengatasi sumber stressor perilaku anak dan anak yang belum bisa membaca, menulis, dan berbicara. (6) Strategi koping mencari dukungan sosial digunakan informan untuk mengtasi seluruh sumber stressor yang informan hadapi selama mengajar anak ABK, seperti perilaku anak ABK, sulit memahami anak ABK, anak belum bisa membaca, menulis, dan berbicara, anak belum bisa toilet training, tuntutan / kesalahan pahaman orang tua dan treatment yang diberikan tidak berkesinambungan.

REFERENCES

- Amalia, B. R., Wahyuni, I., & Ekawati. (2017). Hubungan antara Karakteristik Individu, Beban Kerja Mental, Pengembangan Karir dan Hubungan Interpersonal dengan Stres Kerja pada Guru di SLB Negeri Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5.
- Anastasia, N. Z., & Tobing, J. L. (2019). FIGHT OR FLIGHT: STRES DAN STRATEGI COPING GURU PEMBIMBING KHUSUS. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 8(2), 189-211.
- Abu Suliman, B., & Balawi, M. (2014). The efectiveness of a self-control training program in the reduction of stress in a sample of preparatory year program students at Qassim University. *Journal of the Education Faculty; Al-Azhar University*, 159(2), 269–296 (in Israeli-Palestinian ic).
- Altuntaş, O., & Tekeci, Y. (2020). Effect of COVID 19 on perceived stress, coping skills, self-control and self-management skills.
- Amalia, B. R., Wahyuni, I., & Ekawati. (2017). Hubungan antara Karakteristik Individu, Beban Kerja Mental, Pengembangan Karir dan Hubungan Interpersonal dengan Stres Kerja pada Guru di SLB Negeri Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5.

- Azwar, B. (2022). The Role of School Counselors in Placement Programs in Senior High Schools: A Comparative Study. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 12(2), 132-143. doi:[10.24127/gdn.v12i2.7672](https://doi.org/10.24127/gdn.v12i2.7672)
- Binti Sulaeman, E., Djamaludin, A., & Hidayati, R. (2020). Faktor-faktor yang Menyebabkan Stres pada Guru Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 227-234.
- Choi, H. M., Mohammad, A. A., & Kim, W. G. (2019). Understanding hotel frontline employees' emotional intelligence, emotional labor, job stress, coping strategies and burnout. *International Journal of Hospitality Management*, 82, 199-208.
- Duckworth, A., Kim, B., & Tsukayama, E. (2013). Life stress impairs self-control in early adolescence. *Frontiers in Psychology*, 3, 608.
- Ekawarna, H. (2018). Manajemen konflik dan stress. Bumi Aksara.
- Ferlia, D. A., Jayanti, S., & Suroto. (2016). Analisis Tingkat Stres Kerja pada Guru Tuna Grahita di Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB) Negeri Purwosari Kudus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4, 332-333.
- Handayani, S. (2019). Pengaruh perilaku challenging pada anak dengan autisme terhadap stres guru SLB. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 32-38.
- Hartati, R., & Nisa, F. (2018). Penyebab stres pada guru Pendidikan Khusus (SLB) di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 4(2), 108-115.
- Herman, K. C., Hickmon-Rosa, J., & Reinke, W. M. (2017). Empirically derived profiles of teacher stress, burnout, self-efficacy, and coping and associated student outcomes. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 20(2), 90-100.
- Istiqomah, D. P. (2015). Dinamika empati guru anak berkebutuhan khusus (ABK) di SDLB Putra Jaya Malang. (Skripsi tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang.
- Kristina, M., Murniati, D., & Sari, M. (2020). Strategi Koping Guru Sekolah Luar Biasa dalam Menghadapi Stres. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 19(2), 91-100.
- Linayaningsih, F. (2015). Strategi Coping pada Guru SLB dalam Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus
- Lee, S., Park, J., & Kim, H. (2020) The Effectiveness of Concrete Problem-Solving Coping Strategies on Stress Reduction. *Journal of Stress Management*, 10(2), 123-138.
- Li, J., Zhang, L., & Wang, C. (2021). Teacher Coping Strategies in Solving Problems Plannedly: Impact on Teacher Stress and Well-being. *Journal of Educational and Counseling Psychology*, 9(2), 120-135.
- Linayaningsih, F. (2015). Strategi Coping pada Guru SLB dalam Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus
- Maisyarah, & Matulesy, A. (2015). Dukungan Sosial, Kecerdasan Emosi, dan Resiliensi Guru Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 4.
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori dan sumber daya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101-107.
- Nurmaliza, T., Jati, S., & Trisnawati, E. (2022). Emotional Experience Writing to Increase Resilience to Stress in Adolescents. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 8(1), 35-45. doi:<https://doi.org/10.22146/gamajpp.73566>
- Popa, C. O., Schenk, A., Rus, A., Szasz, S., Suci, N., Szabo, D. A., & Cojocaru, C. (2020). The Role of Acceptance and Planning in Stress Management for Medical Students. *Acta Medica Marisiensis*, 66(3).

- Rahayu, E., & Hadriami, E. (2015). Stres dan Sense of Humor pada Guru SLB C. *Psikodimensia*, 14
- Ratnawati, E., & Nuraini, L. (2017). Perilaku challenging anak berkebutuhan khusus (ABK) di sekolah luar biasa (SLB) dan dampaknya terhadap kesehatan mental guru. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 1-10.
- Sari, M., & Andayani, B. (2021). Efektivitas Pengasuhan Positif untuk Menurunkan Stres Pengasuhan Ibu Bekerja dengan Anak Usia Prasekolah. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 7(2), 174-188. doi:<https://doi.org/10.22146/gamajpp.68877>
- Slavin, E. Robert. 2019. *Educational Psychology: Theory and Practice*. Boston: Allyn and Bacon
- Sugiarto, S., Marisdaya, R., & Karlina, I. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Guru Sd Di Yayasan Slb Prof. Dr. Sri Soedewi. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 5(3), 104-110
- Sukadari, S. (2020). PEMBELAJARAN TEMATIK BAGI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA KELAS RENDAH. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2).
- Susilawati, E. (2016). Faktor-faktor penyebab stres pada guru SLB di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 135-143.
- Wentzel, K. R. (2010). Students' relationships with teachers. In J. L. Meece & J. S. Eccles (Eds.), *Handbook of research on schools, schooling, and human development* (pp. 75–91). New York, NY: RoutledgeLexy J Moleong. 2018. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Cetakan ke-38). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Widiastuti, R., Sulistiani, P., & Kurniawan, V. R. B. (2017). Analisis beban kerja mental guru untuk perbaikan sistem pembelajaran Sekolah Luar Biasa (SLB) kategori B (Studi kasus SLB-B Karnnamanohara Yogyakarta). *IEJST (Industrial Engineering Journal of The University of Sarjanawiyata Tamansiswa)*, 1(1), 17–26
- WINDARTI, A. (2019). *STRATEGI COPING STRESS PADA GURU PENDAMPING (SHADOW TEACHER) ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI TK "X"* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).