

## PENDAHULUAN

“Kehidupan” merupakan konsep yang membedakan ciri organisme hidup (dalam hal ini manusia) dan benda mati. Tujuan hidup semua manusia adalah tentang ‘bahagia’ tergantung dari makna bahagia setiap seseorang, makna tersebut berasal dari kemampuan berpikirnya tentang berbagai situasi kehidupan yang sudah atau sedang dilewatinya, dalam Islam makna kehidupan ditujukan untuk mengingat Allah SWT. Sebagaimana yang tercantum dalam Al-qur’an, “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.” (QS. Ar-Ra’d: 28). Berdasarkan *tafsir Kemenag*, ayat tersebut menunjukkan bahwa makna kebahagiaan dalam hidup tak jauh dari kata ‘hati yang tenteram dan jiwa yang tenang’, caranya adalah dengan mengingat Allah. Keadaan ini akan memotivasi seseorang untuk senantiasa melakukan perbuatan yang baik dan merasa bahagia dengan segala aktivitas yang dilakukan.

Hal yang mendasari kebahagiaan adalah kesejahteraan dan kesehatan individu. Maka dari itu, kesejahteraan penting untuk dikaji dan dimiliki oleh setiap individu. Secara umum, kesejahteraan diartikan sebagai perpaduan dari perasaan dan pemfungsian yang baik dari seseorang. Namun, secara khusus terdapat dua pendekatan utama, yaitu pendekatan *Hedonic Well-Being* dan pendekatan *Eudaimonic Well-Being* (Ryan & Deci, 2001). *Hedonic Well-Being* (HWB) merupakan pendekatan yang menekankan pada evaluasi seseorang terhadap kehidupan mereka sendiri, baik secara emosional maupun secara kognitif, HWB diturunkan dalam bentuk model *Subjective Well Being* (SWB) yang terdiri dari : (a) perasaan menyenangkan yang sering dirasakan, (b) perasaan tidak menyenangkan yang jarang dirasakan, (c) penilaian keseluruhan bahwasanya hidup itu memuaskan (Diener, 1984).

Sedangkan *Eudaimonic Well-Being* (EWB) merupakan pendekatan yang berfokus bahwasanya terdapat kebutuhan atau kualitas tertentu yang penting untuk

pertumbuhan dan perkembangan psikologis seseorang, pemenuhan kebutuhan ini berguna untuk mencapai potensi secara penuh. EWB diturunkan dalam bentuk model *Psychological Well Being* (PWB) yang terdiri dari penerimaan diri (*self-acceptance*), otonomi, pertumbuhan pribadi (*personal growth*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup, dan hubungan positif dengan orang lain (Ryff, 1989). Dapat disimpulkan bahwa *Subjective Well Being* (SWB) berfokus pada perasaan individu tentang kehidupan mereka secara keseluruhan, sedangkan *Psychological Well Being* (PWB) lebih kepada kemampuan individu untuk tumbuh dan berkembang sebagai pribadi.

Kesejahteraan ini penting dan dibutuhkan dalam setiap profesi, terlepas dari makna kesejahteraan dari setiap manusia itu sendiri. Termasuk dengan guru, kesejahteraan guru harus menjadi prioritas karena guru merupakan salah satu pekerjaan yang melibatkan pengaruh besar dalam pendidikan dan membentuk karakter anak bangsa (Abidin et al., 2022). Dalam beberapa penelitian ditemukan bahwasanya guru menempati posisi pertama dalam pekerjaan tingkat stress tertinggi dibandingkan dengan pekerjaan lainnya (Johnson dalam Abidin et al., 2022). Terlebih guru yang mengajar Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), hal ini karena banyaknya permintaan tantangan akademik siswa berkebutuhan khusus dibandingkan dengan guru pendidikan umum (Garwood et al., 2018). Guru Pendidikan khusus harus melayani siswa dari berbagai keterbatasan fisik, emosi maupun kognitif sehingga terdapat heterogenitas pada kebutuhan, tujuan dan hasil dari proses belajar mengajar (Love et al., 2020). Bahkan, 88% guru di seluruh dunia mengalami stres kerja karena mengajar peserta didik dengan kondisi kejiwaan atau perilaku, seperti anak-anak dengan gangguan autis (Cappe É. et al., 2016) (AbuMadini et al., 2018).

"*Autisme*" berasal dari kata "*Autos*", yang berarti segala sesuatu yang mengarah pada diri sendiri, dan "*isme*", yang berarti suatu paham atau aliran. Chaplin mendefinisikan 'autisme' sebagai konsep pemikiran yang dikontrol oleh dirinya sendiri, melihat dunia berdasarkan pemikiran dan harapan sendiri, tidak menerima realita, dan fanatik pada pikiran dan fantasi sendiri (Chaplin, 2002). 'Autisme'

adalah sindrom perilaku abnormal yang ditandai dengan gangguan interaksi sosial, ketidakmampuan untuk berkomunikasi secara normal baik verbal maupun nonverbal, ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, dan perilaku emosi. Hambatan-hambatan ini memengaruhi kemampuan anak untuk belajar dan tidak mampu mengungkapkan perasaan, keinginan, dan perilakunya (Sulthon, 2020). Hambatan ini juga mengancam rasa percaya diri dan rasa keberhasilan pada guru (Boujut et al., 2017). Terdapat pemicu stress terkait dengan kondisi anak autis, sebagai contoh disregulasi patologis yang khas dari kondisi autism yang menghadirkan tantangan menyeluruh bagi guru (Swierczynski, 2019). Selain itu, ketidakmampuan guru untuk memahami anak-anak autis cenderung meningkatkan reaksi emosional guru (Davarani et al., 2017). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tekanan psikologis guru menambah ketika anak-anak dengan gangguan autis dimasukkan ke dalam kelas mereka (Cappe É. et al., 2016) (Zarafshan et al., 2013) (Atiyat, 2017).

Tentunya, peran guru sangatlah berpengaruh dalam proses pembelajaran anak berkebutuhan khusus (Rasyada et al., 2022) termasuk anak autis. Seperti yang diungkapkan Nur Lailiyah, guru tidak hanya memberikan pelajaran; mereka juga memotivasi dan berusaha untuk mengembangkan bakat setiap siswa yang tentunya, guru memiliki tugas yang lebih besar untuk membantu anak berkebutuhan khusus. (Lailiyah, 2021). Maka dari itu, diperlukan tenaga pendidikan yang berpengalaman di bidang mereka agar memaksimalkan pembelajaran anak berkebutuhan khusus. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 13 tahun 2020 pasal 36, untuk menjadi tenaga ahli/guru SLB, mereka harus ahli Pendidikan Luar Biasa, ahli pendidikan inklusif, dan tenaga ahli lainnya. Hal ini sebagaimana disebutkan dalam Menteri Pendidikan nasional nomor 32 tahun 2008 pasal 1 ayat (1) dan (2), guru pendidikan khusus adalah tenaga profesional. Guru pendidikan khusus adalah tenaga pendidik yang memiliki kualifikasi akademik, kompetensi, dan sertifikasi untuk mengajar siswa dengan kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, sosial, atau potensi kecerdasan.

Pada kenyataannya, guru SLB tidak selalu memiliki gelar Pendidikan Luar Biasa atau PLB, ini disebut juga dengan guru non-linier. Guru linier merupakan tenaga pendidik yang mengajar sesuai ijazah kelulusannya. Sedangkan guru non linier merupakan guru yang mengajar bukan pada bidangnya (Sukma et al., 2016). Masih ditemukan guru-guru non linier yang mengajar anak autis terutama di sekolah swasta. Hal ini dikarenakan guru dengan lulusan jurusan PLB masih sedikit, tidak semua orang mau berkuliah di jurusan PLB, dan jurusan PLB tidak semua perguruan tinggi membuka (Nita, 2022). Menurut Mudjito, Direktur Pembinaan Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus (PPKLIK) menyatakan bahwa guru dari program studi lain dapat diangkat oleh pemerintah daerah jika mereka memenuhi syarat D4/S1. Guru pendidikan khusus dapat diberikan kepada guru yang bukan ahli dalam bidang tersebut atau guru non linier. Namun, guru non linier tetap harus melakukan berbagai tindakan seperti pembinaan, pendidikan, dan pelatihan yang sejalan dengan kebutuhan guru untuk mengajar anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa (Haikal et al., 2022).

Suatu penelitian mengenai guru yang mengajar anak autis, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Dian Pramana, penelitian tersebut disimpulkan bahwa guru harus menggunakan strategi untuk memahami psikologi anak autis. Pendidik harus sangat sabar dan berhati-hati; mereka tidak boleh dididik dengan kekerasan; pendidik harus memberikan perhatian yang lebih besar pada anak autis agar mereka dapat belajar dengan tenang (Pramana, 2017). Seseorang yang tidak dapat mengelola stres dengan baik, maka akan berpengaruh negatif pada perilaku, kesehatan fisik, dan psikologis (*Mental Health Statistics: Stress*, 2018). Termasuk stress yang dialami guru akan berdampak pada kinerja mereka. Untuk menjadi guru autis yang baik, diperlukan kesejahteraan hidup yang baik, dengan adanya rasa sejahtera dan memiliki kepuasan dalam bekerja maka emosi dalam pribadi seseorang akan terkontrol dan memiliki motivasi pribadi sehingga meminimalisir stress. Kecerdasan emosi berperan penting dalam *psychological well-being* (Khairi et al., 2022).

Tema mengenai *Psychological Well Being* Pada guru sudah pernah diteliti dalam beberapa penelitian, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Budi Santoso mengenai “*Psychological Well Being* Pada Guru Honorer Sekolah Dasar Di Kabupaten Gunung Kidul Provinsi Yogyakarta”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru honorer memiliki permasalahan dari sisi ekonomi dan sosial, namun permasalahan tersebut dapat diatasi karena pengalaman mengajar mereka yang menyenangkan, guru honorer merasa senang akan amanah tugasnya, dan cinta terhadap siswa-siswanya (Santoso, 2020). Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Nurul Istiqomah mengenai “Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer di SMA Negeri Depok”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis guru honorer di SMAN 13 Depok cukup baik karena sudah memenuhi 6 aspek kesejahteraan psikologis, cara guru honorer SMAN 13 Depok menghadapi tantangan sulit yaitu dengan bersabar dan bersyukur (Istiqomah, N, 2021). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Aruni A. Syahida dan Daliman tentang “Kesejahteraan psikologis pada guru PAUD laki-laki (sebuah pemaknaan diri dari figur ayah)”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis guru PAUD laki-laki sangat baik ditandai dengan sikap penerimaan diri yang baik, peningkatan pribadi yang positif, hubungan positif dengan orang lain dan lingkungannya, kemampuan untuk mengatur hidupnya sendiri, tujuan hidup yang berorientasi pada akhirat, dan persepsi dirinya sebagai figur ayah di sekolah (Syahida & Daliman, 2023).

Dari hasil pengamatan dan wawancara peneliti pada salah satu sekolah SLB di Semarang selama 3 minggu (22 Agustus 2022- 2 September 2022 dan 8 Januari-12 Januari 2024), guru-guru disana mayoritas bukan berasal dari lulusan PLB, seperti sarjana teknik, PGSD, ekonomi bahkan lulusan SMA dengan jurusan IPS. Hasil penelitian dari tiga subjek dengan subjek berinisial UTI dengan latar belakang pendidikan S-1 PGSD sudah mengajar anak autis sejak tahun 2013, subjek berinisial T dengan latar belakang pendidikan S-1 Teknologi Pendidikan sudah mengajar anak autis sejak tahun 2022, dan subjek berinisial N dengan latar belakang pendidikan S-1 Teknik Kimia sudah mengajar anak autis sejak tahun 2009. Ada beberapa alasan guru

non-linier mengajar anak autis, namun mayoritas berasal dari Sekolah Luar Biasa yang kekurangan guru, seperti masuk karena rekomendasi dari teman dan terdapat lowongan guru.

Fenomena kekurangan guru SLB sebenarnya sudah menjadi permasalahan di berbagai wilayah Indonesia, seperti pada SLB Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Anging Mammiri Makassar, Sulawesi Selatan. Di sekolah tersebut, sebanyak 125 siswa ABK hanya ditangani oleh 14 guru saja (Yahya & Belarminus, 2023). Kemudian di daerah Sampang yang hanya terdapat 11 guru SLB dengan jumlah ideal 36 guru, hal ini dikarenakan minat pemuda untuk mengambil jurusan PLB sangat sedikit (Syahputa, H., 2023).

Berdasarkan fenomena yang terjadi, *psychological well being* pada guru non linier yang mengajar anak autis sangatlah menarik untuk diteliti, dikarenakan masih banyak guru non-linier yang mengajar anak autis bahkan bertahan hingga saat ini dan belum pernah ada yang meneliti terkait fenomena ini. Fokus permasalahan penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *psychological well being* pada guru non linier yang mengajar anak autis. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui lebih mendalam terkait gambaran *psychological well-being* pada guru non linier yang mengajar anak autis.

Ada dua manfaat dari penelitian ini: manfaat teoritis dan praktis. Manfaat teoritis: penelitian ini dapat memberikan kontribusi ilmiah pada bidang psikologi, khususnya psikologi pendidikan, dan psikologi positif dengan fokus pada *psychological well-being*. Manfaat praktis: penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi bagi pemerintah dan lembaga pendidikan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun kurikulum pendidikan anak berkebutuhan khusus terutama pada anak autis, serta kepala sekolah dan guru sebagai bahan rujukan dalam meningkatkan kemampuan dan meningkatkan atau mempertahankan *psychological well being* yang sudah ada.