

RESILIENSI GURU DALAM MENJALANI BEBAN KERJA PADA SLB X DI SURAKARTA

Shella Diana Putri, Sudinadji

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi peran resiliensi guru dalam menjalani beban kerja pada SLB X di Surakarta. Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, bertujuan supaya penelitian yang dilakukan benar-benar memahami peristiwa dalam kehidupan informan secara holistik atau menyeluruh mulai dari perilaku, motivasi, dan persepsi. Kriteria informan dalam penelitian ini adalah guru yang mengajar di sekolah SLB X di kota Surakarta dengan minimal mengajar sebanyak 15 siswa. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu bahwa resiliensi guru SLB X di Surakarta terbentuk dipengaruhi oleh lingkungan kerja yang positif dan saling bekerja sama. Tidak hanya lingkungan kerja yang positif melainkan adanya namuri dalam diri atau rasa ingin mendidik anak berkebutuhan khusus supaya dapat berguna di lingkungan masyarakatnya sehingga guru guru dengan tulus mendidik anak berkebutuhan khusus. Maka memperoleh hasil, kelima informan menunjukkan perilaku yang sama yaitu menyadari bahwa sebagai guru SLB sangat berdampak di kehidupan siswanya, seperti dapat hidup mandiri, mempunyai sopan santun dan dapat berbaaur dengan masyarakat

Kata kunci: resiliensi, guru SLB, beban kerja

Abstract

This study aims to identify the role of teacher resilience in undergoing workload at SLB X in Surakarta. This research method uses a qualitative method with a phenomenological approach, aiming for the research to truly understand events in the lives of informants holistically or thoroughly starting from behavior, motivation, and perception. The informant criteria in this study are teachers who teach in public special schools in Surakarta city with a minimum of 15 students. The results obtained from this study are that the resilience of SLB X in teachers is formed influenced by a positive work environment and mutual cooperation. Not only a positive work environment but also a sense of self or a sense of wanting to educate children with special needs so that they can be useful in their community so that teachers sincerely educate children with special needs. So getting the results, the five informants showed the same behavior, namely realizing that as an SLB teacher, they have a big impact on the lives of their students, such as being able to live independently, having good manners and being able to blend in with society.

Keywords: resilience, special education teacher, workload

1. PENDAHULUAN

Dunia pendidikan saat ini memiliki tantangan yang berat dan serius. Dalam dunia Pendidikan, guru menjadi pondasi utama untuk mencapai keberhasilan pembelajaran. Menurut Noviyanti (2013) di Indonesia, dari 326 guru SLB 51,5% diantaranya mengalami stres kerja. Sebagian besar negara di dunia telah mampu memperoleh pertumbuhan ekonomi yang signifikan karena kualitas pendidikan mereka. Pendidikan membantu individu guna menjadi masyarakat yang lebih baik serta mandiri. Menurut Hidayat (2019) mendefinisikan bahwa sistem pendidikan dapat membimbing individu untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan dan kapasitas,

pikiran positif, dan keterampilan yang dibutuhkan guna meraih kesuksesan dalam menjalani hidup yang bertujuan (Akib dan Salam, 2016). Oleh karena itu, masa depan suatu negara tergantung pada standar sistem pendidikannya, dan sistem pendidikannya bergantung pada kualitas lembaga akademik. Fenomena umum yang ada saat ini khususnya di sektor lembaga pendidikan.

Pendidikan yakni pondasi pada majunya bangsa, sebab makin baik mutu pendidikan yang dijalankan sebuah bangsa, maka akan diiringi dengan makin baiknya mutu bangsa tersebut. Siswa penyandang disabilitas mempunyai hak yang sama untuk belajar di sekolah seperti siswa sekolah pada umumnya. Tidak boleh ada diskriminasi dalam bidang pendidikan, termasuk anak berkebutuhan khusus. Pendidikan SLB didefinisikan sebagai praktik pendidikan berdasarkan prinsip bahwa individu berkebutuhan pendidikan khusus memiliki hak untuk menerima pendidikan yang sama dengan teman sebayanya, dengan memberikan dukungan layanan pendidikan kepada individu berkebutuhan pendidikan khusus untuk memastikan bahwa mereka berinteraksi dengan individu lain dari semua jenis dan tingkatan dan mencapai tujuan pendidikan mereka di tingkat tertinggi (Kementerian Pendidikan Indonesia 2018). Yunisyah & Sopandi (2020) menjelaskan bahwa pendidikan inklusif yakni pendidikan dimana memberi peluang yang sebanding bagi seluruh siswa guna mendapat hak pada pendidikan pada cakupan yang sama. Pendidikan inklusif pula menjadi pendidikan dimana mengakui perbedaan dalam tiap individu siswa. Pendidikan inklusif bermaksud guna melaksanakan bila, siswa yang memiliki hambatan, keterbatasan, maupun kecacatan mempunyai hak guna mendapat pendidikan serta kesamaan layanan pendidikan seperti siswa pada umumnya tanpa adanya diskriminasi guna meraih pendidikan.

Kondisi tersebut meningkatkan harapan manajemen pendidikan SLB X di Surakarta kepada karyawan khususnya guru, untuk terus meningkatkan kemampuan dan keahlian dalam memberikan pelayanan kepada anak berkebutuhan khusus. Guru beresiko mendapat stressor dari aktivitasnya sebab berkenaan pada tugas serta tanggung jawabnya, diantaranya menjadi fasilitator, memiliki kapabilitas mendidik, mengarahkan, melatih siswanya sebagai sumber daya yang bisa bermanfaat pada hidupnya sendiri. Studi yang telah dijalankan mengindikasikan bila guru SLB mempunyai risiko lebih tinggi guna mengalami stres kerja daripada guru biasa sebab didorong mempunyai kreativitas, kesabaran, komitmen mengajar serta kesehatan jasmani serta rohani yang besar guna mengajar siswa dimana memiliki keperluan berbeda serta memerlukan atensi lebih (SI Pratiwi, 2022). Menurut N Izzah (2022), sebuah aspek pendorong stres kerja yakni beban kerja mental yang melampaui batas.

Maharani (2021) menjelaskan bahwa, beban kerja merupakan suatu kegiatan pekerjaan yang harus diselesaikan oleh pemegang tanggung jawab yaitu pekerja dalam jangka waktu tertentu. Beban kerja merupakan banyaknya pekerjaan yang dijadikan tanggungan yang harus dilaksanakan oleh pegawai sesuai dengan jabatan atau satuan kerjanya (Permendagri, 2023). Menurut Webster et al (2012) membagi bahwa beban kerja dapat dikatakan berlebih apabila a) jumlah pekerjaan atau waktu yang diharapkan tidak sesuai dengan yang diterima b) total jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan oleh suatu kelompok pekerja dalam satu periode tertentu dengan rentang waktu sedikit. Pada Nabawi (2019) beban kerja dapat terjadi apabila adanya rasa ingin menyelesaikan pekerjaan namun individu memiliki keterbatasan yang akan menghambat tercapainya hasil kerja sehingga terjadi kesenjangan antara tingkat kemampuan yang diharapkan dengan kapasitas yang dimiliki. Sehingga dapat disimpulkan bahwa beban kerja adalah suatu pekerjaan yang menjadi tanggungan dan harus diselesaikan oleh pekerja yang memegang tanggung jawab dengan jangka waktu tertentu. Dan penyebab beban kerja berlebihan yaitu apabila pekerja menerima jumlah pekerjaan dan rentan waktu yang tidak sedikit serta pekerjaan diluar tanggung jawabnya. Salah satu faktor penting yang berkaitan dengan beban kerja pada guru SLB X di Surakarta adalah konsep resiliensi. Beban kerja yang berat bisa mendorong guru mempunyai asumsi negatif mengenai *teacher well-being* sebab itu guru memerlukan kapabilitas resiliensi agar tetap bertahan pada beban kerjanya yang cenderung berat (Sekar Aulia Winesa, 2019). Resiliensi merupakan suatu bentuk pemulihan dirinya dari situasi yang signifikan (David dan Jonson-red 2017). Resiliensi merupakan kemampuan seseorang dalam menghadapi kondisi sulit yang sedang terjadi di kehidupannya sehingga kondisi sulit tersebut dapat membentuk karakter individu yang lebih baik (Widyataqwa dan Rahmasari 2021). Resiliensi berfungsi untuk membantu individu dalam menghadapi situasi sulit dan melebur dalam situasi tersebut dan dapat bertahan (Roellyana dan Listiyandini, 2016). Proses resiliensi individu untuk bertahan dan beradaptasi dengan masa yang sulit dengan harapan berkembangnya problem solving individu pada permasalahan dalam kehidupannya Harrist & Morris (2015) Resiliensi merujuk pada keseimbangan dan salah satu strategi koping melawan stres dan emosi negatif. Resiliensi sebagai kapasitas untuk menghadapi dan pulih dari kesulitan dan merupakan salah satu komponen terpenting yang memengaruhi kesehatan yang menghasilkan adaptasi positif terhadap kondisi kehidupan yang sulit, mencegah konsekuensi negatif dari menghadapi kesulitan dan tekanan hidup, meningkatkan kualitas hidup, dan mempromosikan kepuasan dan kesehatan mental dan sosial. Sehingga ketika berhadapan dalam keadaan yang belum baik seperti beban kerja yang tinggi, guru SLB pada persentase resiliensi yang besar hendak menyikapi pada respon yang positif

menurut (Widati, 2020). Reivich dan Shatte (2002) menyebutkan bahwa resiliensi memiliki tujuh aspek, yaitu optimism merupakan sebuah bentuk pikiran positif dan kepercayaan mengenai masa depan yang lebih baik, causal analysis merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam mengidentifikasi faktor penyebab dari permasalahan yang dialaminya, emotion regulation yang berkaitan dengan keahlian seseorang saat mengendalikan emosi dan fokus saat merasa tertekan, self-efficacy merupakan kepercayaan diri individu dalam melakukan suatu keputusan dan dapat melakukan tanggung jawab atas apa yang dilakukannya, impulse control berkaitan dengan pengendalian dorongan dan ambisi yang muncul pada diri individu, empathy adalah suatu cara individu dalam memahami perspektif dan situasi orang lain, dan reaching out berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam mendapatkan aspek positif dari pengalaman hidupnya dan mencapai keinginan dan tujuan dirinya. Sehingga berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat tujuh aspek-aspek resiliensi yaitu, *optimism, causal analysis, emotion regulation, self efficacy, impulse control, dan empathy, reaching out.*

Ketahanan guru dalam pekerjaannya merupakan salah satu faktor bagaimana mereka akan melakukan pekerjaannya. Namun ketahanan guru sering kali diuji melalui beban mengajar dan jumlah siswa yang ditangani setiap harinya. Di Indonesia, penerapan kurikulum standar SLB, mengharuskan satu guru mengajar 5 murid. Rasio guru-siswa harus 1:36 untuk tingkat SMP, dan 1:31 untuk tingkat SMA menurut (Ciasicio, 2018). Namun, di SLB X di Surakarta, mereka tidak mampu mengikuti rasio yang disarankan karena sekolah tersebut adalah sekolah swasta, dan Jumlah siswa di SLB X di Surakarta sebanyak 219 orang, duduk di bangku TK hingga SMA. SMA “*untuk jumlah siswa disini ada 219 sangat banyak karena “disini jenjang sekolahnya dari SD hingga SMA, sehingga semua jenis siswa berkebutuhan khusus menjadi satu disini”*” (W//M/Kepala Sekolah). Sementara jumlah tenaga kerja SLB X di Surakarta hanya 25 orang “*kalo jumlah guru ada 25 mbak itu staff TU 5 orang, kepala sekolah dan wakil sekolah, dan staff lain seperti perpustakaan dan lainnya. Jadi yang benar-benar guru cuma 13 orang*” (W//M/Kepala sekolah). Guru SLB X di Surakarta memiliki hak dan keistimewaan yang terbatas dalam hal beban mengajar “*selama 3 tahun terakhir banyak guru yang sudah pensiun mbak, jadi yang tersisa ya 25 ini. Sedangkan untuk yang mendaftar belum ada, padahal sudah rajin mengadakan recruitment guru baru. Mungkin karna tempat kami jauh dan masuk-masuk gang, jadi mikirnya udah terpencil duluan*” (W//M/Kepala Sekolah). “*Terus juga pas nyebar pamflate itu kita ga pake medsos mba, baru tau karna kuno juga jadi dicoba lagi di recruitment depan*” (W//M/Kepala Sekolah). Ada beberapa kasus dimana mereka mengajarkan mata pelajaran yang jauh dari latar belakang pendidikan mereka khususnya di SLB (SMA) dan mereka juga melebihi enam jam untuk pengajaran di kelas yang sebenarnya.

Selain itu, tidak ada undang-undang yang mengatur gaji mereka sehingga mereka harus menanggung gaji yang rendah. Kasus-kasus di atas yakni sebuah aspek dimana bisa mendorong ketahanan guru sekolah swasta hingga mencapai titik batasnya, dan hal ini dapat menyebabkan kinerja mengajar yang buruk yang dapat menyebabkan siswa menjadi tidak kompeten.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan kualitatif sendiri merupakan penelitian yang menyelidiki serta memahami arti yang diasumsikan seseorang atau golongan menjadi persoalan sosial atau manusia (Creswell, 2009), sedangkan fenomenologi merupakan pendekatan yang mengungkapkan pengalaman berdasarkan kesadaran seseorang (Abdussamad dan SIK, 2021). Sehingga tujuan dari pendekatan kualitatif fenomenologi supaya peneliti benar-benar memahami peristiwa dalam kehidupan informan secara holistik atau menyeluruh mulai dari perilaku, motivasi, dan persepsi.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur ini menggunakan pedoman guide yang sudah disesuaikan dengan aspek dalam penelitian. Wawancara semi terstruktur sendiri memiliki pengertian perolehan informasi melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan sebuah pedoman wawancara (Herdiansyah, 2015).

Analisis data dalam penelitian ini mengacu pada konsep Miles dan Huberman, teknik ini mencakup empat proses utama antara lain,

- 1) Pengumpulan data, dimana peneliti mengumpulkan data dengan melakukan wawancara kepada informan yang sudah ditentukan
- 2) Reduksi data, yaitu peneliti menggabungkan data-data yang sudah diperoleh ke dalam sebuah format yang seragam misalnya menyusun verbatim dari hasil wawancara ataupun mengolah hasil observasi menjadi table observasi
- 3) Display data, yaitu peneliti mengolah verbatim dengan mengkodekan atau mengkategorikan data tersebut sehingga memudahkan proses analisis
- 4) Kesimpulan/verifikasi, dimana pada tahap terakhir ini peneliti membentuk kesimpulan

Penentuan subjek mengacu pada PP nomer 47 tahun 2023 tentang standar pengelolaan pada pendidikan anak usia dini, jenjang pendidikan dasar, dan jenjang pendidikan menengah, dengan ini penelitian menggunakan lima informan sebagai sumber data, syarat informan adalah berprofesi sebagai guru SLB X di Surakarta, mengajar minimal 15 orang dalam sehari.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang berjudul “Resiliensi Guru dalam Menjalani Beban Kerja pada SLB X di Surakarta”, dengan judul tersebut maka penelitian ini berfokus pada proses resiliensi guru SLB X di Surakarta dalam menjalani pekerjaannya. Resiliensi pada diri seseorang dapat dilihat dari berbagai macam aspek, seperti *Casual Analysis*, *Optimisme*, *Emotion Regulation*, *Self Efficacy*, *Impuls Control*, *Emphaty*, dan *Reaching Out*. *Casual analysis* sendiri merupakan faktor yang menjadi alasan utama seseorang memilih untuk bersikap tertentu. *Optimisme* merupakan perasaan yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. *Emotion regulation* merupakan kemampuan dalam mempertimbangkan baik buruk tindakan sebelum melakukan. *Self efficacy* merupakan perilaku percaya dengan kemampuannya dalam mengatur dirinya sendiri, *impuls control* merupakan pengendalian terhadap dirinya sendiri dalam mengelola emosi. *Emphaty* merupakan kemampuan seseorang dalam menggunakan perasaannya saat berada disituasi tertentu. *Reaching out* merupakan menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitar dengan tujuan untuk meningkatkan aspek positif dalam diri.

3.1 Aspek casual analysis

Dalam hal tersebut penelitian resiliensi pada guru SLB X di Surakarta melihat bahwasanya yang menjadi faktor utama seorang guru dengan suka rela mengajar anak berkebutuhan khusus yaitu dengan disadari rasa puas, senang melihat perkembangan anak setiap waktunya. Hal tersebut sesuai dengan kutipan wawancara berikut, “*Jadi kaya rasa puas gitu mbak melihat perkembangan anak anak yang saya pegang semakin meningkat itu jadi rasa puas dan seneng saya*” (W/L/63-65), “*yang menjadikan saya sampai saat ini masih bertahan disini tu anu mbak, ngelihat anak anak nyanyi sambil tertawa, berteman tanpa mandang fisik satu sama lain, membantu temennya kalau kesulitan dalam berjalan misalnya*” (W/B/44-47), “*seneng ngelihat anak anak yang saya ajar menjadi juara di Tingkat nasional atau bahkan ada beberapa yang sampai mewakili indonesia diajang kompetisi olahraga Tingkat internasional. Ya jadi bangga seneng gitu sih mbak, kalau saya mengajar anak normal belum tentu anak yang saya ajar bisa semembanggakan anak anak saya ini*” (W/W/30-35), “*ya kadang tu kalau ngelihat perkembangan anak anak terus meningkat apalagi untuk peningkatan di sosial nya mereka mau berinteraksi, ketemu guru langsung salim tanpa di suruh hal hal gitu sih mbk yang membuat saya merasa senang karena berhasil mendidik mereka*”(W/D/83-86). Berbeda dengan informan T yang memiliki faktor inti pembentukan resiliensi dirinya adalah adanya pengalaman merawat dan hidup berdampingan dengan anak ABK, dikutip dalam wawancara berikut, “*Kalau saya yak arena pengalaman pribadi sih mbak, kayak kakak saya itu ABK jadi*

saya tu pengen memberikan anak anak ABK yang lainnya pendidikan hidup mandiri seperti kakak saya dulu di ajarin sama guru nya” (W/T/26-29).

Dan hal pendukung lain terbentuknya resiliensi guru SLB dalam mengajar anak berkebutuhan khusus adalah adanya lingkungan yang saling mendukung untuk keberhasilan bersama, hal tersebut sesuai dengan kelima informan yang menyatakan bahwa lingkungan sekolah, orang tua, dan guru yang mampu saling terbuka perihal keinginan atau capaian dan apa yang dibutuhkan, sehingga membentuk tim work dalam mendidik anak berkebutuhan khusus. Berikut kutipan wawancara, *“dan alhamdulillah dari orang tua anak anak dan guru guru yang ada di sekolah yang saya mengajar ini sangat support satu sama lain.” (W/L/74-76), “Sangat membantu saya mbak lingkungan kerja sata tu, apalagi dulu waktu saya masih baru disini mbak, banyak sekali guru guru yang ngajari saya daalm menangani anak anak ini, kaya hal apa yang harus saya lakukn kalau anak tantrum, hal apa yang tidak boleh saya lakukan gitu gitu mbak” (W/B/51-55), “Iya mbak itu jelas membentuk pribadi saya sebagai guru ABK di sini. Ya kalau saya kan ga tabu lah dengan adanya anak ABK di kehidupan saya, karena kan kakak saya sendiri ABK, jadi saya disini leboh mengembangkan kemampuan saya daam mengajar atau mendidik anak ABK lebih dari satu orang gitu.” (W/T/35-39), “Yang utama tu dukungan dari sekolah, sekolah say aini memberikan fasilitas kea nak anak ga tanggung tanggung mbak, full dan totalitas banget, jadi ya saya sebagai guru tidak merasa terbebani dengan satu hal dulu n ikan. Terus senior senior disini juga sangat membantu saya dalam membentuk kepribadian saya”(W/W/38-42), “Iya mbak sangat berperan, kalau ga berperan saya ya ga sampai bertahan sejauh ini. Jadi disekolah itu antara sesama guru, terus dengan orang tua murid itu kedekatannya luar biasa mbak... Jadi saling sharing atas perkembangan anak. Ya Namanya mendidik anak special ya mbak jadi ya kita dan orang tua harus saling kerja sama, kalau Cuma salah satu yang bergerak goals nya ga akan dapat.”(W/D/36-44).*

Sehingga pada aspek casual analysis dari paparan kelima informan bahwa yang menjadi inti dari keberhasilan dalam pembentukan resiliensi guru SLB X di Surakarta adalah adanya keinginan secara naluriah untuk mendidik anak anak berkebutuhan khusus.

3.2 Aspek Optimisme

Sehingga dalam penelitian ini kelima informat menunjukkan sikap optimisme dalam mendidik anak berkebutuhan khusus dengan kemampuan yang dimilikinya. Kelima informan mengatakan dalam kutipan wawancara berikut, *“saya merasa optimis dan percaya diri anak anak dapat berkmbang lebih baik karena orang tua mereka juga sangat support dalam keberhasilan anak. Orang tua membantu kita sebagai pendidik untuk tidak memnerikan*

makanan atau minuman yang memicu terjadinya tantrum misalkan seperti itu.”(W/L/89-94), “setelah melihat anak-anak senang ikut bernyanyi saya jadi kaya terharu gitu mbak. Senang sedih gitu pokoknya melihat mereka I, kek dengan kondisi yang saat ini dia alami mereka masih sempat ketawa lepas, mencintai satu sama lain. Tulus gitu lo” (W/B/58-61), “Ya saya yakin kalau saya mampu dalam memberikan pembelajaran kepada anak-anak saya di sekolah ini karena ya saya merasa saya punya pengalaman hidup berdampingan dari saya lahir sampai detik ini dengan anak ABK. Dan teman-teman di kantor pun banyak yang membantu saya dalam memperkuat lagi kemampuan saya dalam mengajar mereka” (W/T/42-47), “Saya sangat optimis mampu mendidik anak-anak saya sih mbak, dengan fasilitas yang luarbiasa dari sekolah dan berbagai dukungan donator dari orang-orang sekitar membuat saya lebih merasa mampu dalam mendidik anak-anak ini. Soalnya kalau hanya kemampuan saya tanpa didukung fasilitas dan semangat orang-orang sekitar akan sulit mendidik anak-anak ABK ini menjadi seperti sekarang ini, ikut mengharumkan nama Indonesia kan” (W/W/47-53), “Dengan pengalaman selama ini saya bekerja menjadi guru ABK, melihat antara pihak sekolah dan orang tua murid yang selalu berkerjasama untuk mencapai goals yang diinginkan ya saya sangat optimis dalam mendidik mereka dengan baik” (W/D/46-49).

Perilaku optimis yang ada didalam diri kelima informan didukung dengan adanya kesulitan saat mengajar mereka dan kelima informan merasa mampu melakukan segala kesulitan yang dilaluinya saat mendidik anak berkebutuhan khusus yang dikarenakan adanya bantuan membantu antara guru, orang tua murid, hal tersebut sesuai dengan paparan wawancara dalam kutipan berikut, *nah kalau sudah pada tantrum satu kelas tidak dapat dilanjutkan, yang kedua harus menenangkan satu-satu yang itu sangat menguras energi pikiran dan mood saya.” (W/L/97-101), “Kalau saat ini sih saya Cuma merasa kesulitan kalau anak-anak pada tantrum Cuma ya alhamdulillahnya anak-anak di sekolah itu beberapa orang tua mereka nungguin, jadi kalau ada yang tantrum bisa bantuin saya menenangkan kelas” (W/B/63-66), “lebih melihat gerak geriknya juga sih mbak, kalau kita kenal dah satu bulan lebih gitu saya sudah mulai paham apa yang dia inginkan tanpa kata-kata yang jelas” (W/T/56-59), “Yang pasti harus ekstra sabar sih mbak ya gimana lagi kondisi mereka kan juga beda dari kita jadi kita yang harus ngrem diri kita sendiri” (W/W/72-73), “saya minta tolong teman saya yang wanita untuk membantu membersihkan” (W/D/55-56).*

Sehingga dalam aspek optimisme guru dalam membentuk resiliensi dirinya saat menangani anak berkebutuhan khusus didukung dengan adanya bantuan dari orang tua murid itu sendiri, dan kerja sama antar guru sekolah.

3.3 Aspek Emotion regulation

Dari pengertian mengenai emotion regulation ini menunjukkan sikap pengendalian emosi yang dilakukan oleh kelima informan dalam kesehariannya mendidik anak-anak berkebutuhan khusus, salah satunya dengan meminta bantuan dari rekan kerja seperti informan berinisial L yang mengatakan “*Kalau dah keos kek gitu pasti teman-teman guru yang sedang longgar di ruang kantor akan membantu saya, dan orang tua anak pun akan membantu untuk menenangkan anak*” (W/L/104-106). Ada pula yang menggunakan cara lain seperti menghentikan pembelajaran seperti yang dilakukan informan berinisial B yang mengatakan “*Yang pasti pembelajaran saya hentikan, lalu saya dekati anak yang tantrum duluan saya ajak keluar sebelum mengganggu ketenangan kelas dan membuat teman yang lain tantrum juga*” (W/B/69-71).

Ada pula yang lebih mengontrol emosinya dengan melakukan meditasi terlebih dahulu sebelum berangkat mengajar hal tersebut diungkapkan oleh informan berinisial T yang mengatakan “*Tidak dipungkiri juga ya mbak mendidik anak-anak pastinya melelahkan dan banyak emosi yang dikeluarkan, ya biasanya saya menenangkan diri saya terlebih dahulu sebelum berangkat bekerja dan misalkanpun di sekolah saya sedang emosi tidak dapat tertahankan saya akan berdiam diri dan menghela nafas panjang*” (W/T/80-84), informan lain yang berinisial W lebih memilih untuk bersikap diam dan bersikap tegas informan W mengatakan “*Kalau saya diam ya mbak, sambil pasang muka galak gitu nanti mereka akan paham kalau saya sedang marah dan kalau dah begitu anak-anak kembali nurut.*” (W/W/82-84), dengan mewajarkan situasi yang terjadi dan membuat situasi menjadi santai dapat mempengaruhi emotion regulation informan berinisial D yang mengatakan “*Tidak dipungkiri ya mbak yang namanya manusia ada masanya emosi juga melihat kondisi kelas yang rame riuh riweh gitu, ya tapi saya berusaha untuk enjoy aja. Kalau mereka susah ditenangin ya saya ajak main keluar kelas gitu sih*” (W/D/68-71).

Sehingga dalam aspek emotion regulation kelima informan memiliki cara masing-masing dalam mengelola emosinya. Seperti meminta bantuan orang lain saat merasa kesulitan, menyudahi pembelajaran, melakukan meditasi sebelum bertemu dan mengajar anak-anak, bersikap tegas, dan yang terakhir membuat situasi menjadi santai.

3.4 Aspek Emphaty

Sehingga dalam penelitian yang telah dilakukan menunjukkan perilaku informan dalam memahami situasi anak didiknya sedang tidak dapat dikondisikan seperti yang dikatakan oleh informan berinisial L yang mengatakan “*saya akan diam dan memegangi anak-anak yang sekiranya akan menyakiti dirinya atau menyakiti orang sekitarnya tanpa saya bicara sedikit*

pun” (W/L/115-119), adapun informan lain yang memilih untuk menenangkan anak diluar kelas seperti informan berinisial B, T, dan D, informan B mengatakan “*saya dekati anak yang tantrum duluan saya ajak keluar sebelum mengganggu ketenangan kelas dan membuat teman yang lain tantrum juga*” (W/B/69-70), dan informan T mengatakan “*Ya tergantung mbak kalau menangannya tu, misal yang tantrum yang menyakiti dirinya atau menyakiti orang lain ya saya Tarik keluar kelas mbak*”(W/T/75-77) dan informan D mengatakan “*Ya kalau misalkan anaknya kelewat tantrumnya gitu ya saya lebih menjaga anak itu biar tidak menyakiti dirinya atau temannya jadi saya bawa keluar kelas dulu*” (W/D/91-93), adapula yang menggunakan metode syok terapi guna membentuk bonding antara guru dan anak didik, seperti yang dikatakan oleh informan berinisial W yang mengatakan “*jadi saya bikin diri saya dekat layaknya orang tua yang dia takuti jadi misal dia nangis atau tantrum saya dekati pasti akan lebih tenang karena ya kaya di awal tadi saya bikin bonding dulu dengan mereka. Terkadang beberapa anak saya gunakan syok terai untuk mengkontrol mereka saat mereka sulit ditnangkan. Syok terapi itu seperti tindakan tegas gitu lah mbak*”(W/W/ 128-133).

Sehingga dalam aspek *emphaty* ini perilaku informan menunjukkan sikap melindungi anak yang sedang tantrum dan menjaga kelas untuk tetap kondusif dengan membawa anak yang sedang tantrum keluar kelas, dan adapula yang menggunakan syok terapi guna memberikan sikap tegas kepada anak anak.

3.5 Aspek self- efficacy

Dalam penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan sikap ketidak gampang puas dalam melihat keberhasilan anak menjadikan anak lebih dekat dengan gols yang diinginkan orng tua dan guru, seperti yang dikatakan informan berinisial L yang mengatakan “*saya sendiri itu orangnya ga gampang puas dengan capaian capaian anak anak selalu ingin saya tambah tambah tambah lagi*” (W/L/123-125), adapula informan yang memilih untuk memberikan fokus kepada anak anak yang sudah memiliki bakat terlebih dahulu seperti informan yang berinisial B mengatakan “*Kalalu pengalaman gagal sih kayake ga ada mbak, soalnya saya itu mengajar music kan dan saya fokus beberapa anak yang memiliki kemampuan dalam menggunakan alat music untuk membantu mereka agar lebih tramil aja*”(W/B/93-96) tidak hanya dalam bidang seni saja, adapula informan lain yang berinisial W yang memberikan latihan olahraga sesuai dengan kemampuan anak didiknya dan berhasil sampai kejuaraan internasional informan W mengatakan “*Ya itu mbak bisa ikut turnamen diajang paragames kemarin*” (W/W/101). Kepercayaan diri informan dalam keberhasilannya mendidik anak didiknya karena pengalaman hidup yang berdampingan dengan anak berkebutuhan khusus seperti informan berinisial T yang mengatakan “*Saya percaya pada diri saya mampu dan dapat*

berhasil mendidik mereka,”(W/T/87-88). Dan informan D mengatakan bahwa keberhasilannya dalam mendidik anak berkebutuhan khusus adalah selalu berkembangnya perilaku interaksi dengan lingkungan sosialnya informan D mengatakan “Kalau bahas soal ini aku malah radah gimana gitu, ya kadang tu kalau ngelihat perkembangan anak anak terus meningkat apalagi untuk peningkatan di sosial nya mereka mau berinteraksi, ketemu guru langsung salim tanpa di suruh hal hal gitu sih mbk yang membuat saya merasa berhasil mendidik mereka. Walaupun kondisi mereka seperti itu tapi mempunyai etika di Masyarakat. Itu sih yang menjadi kebanggaan saya sebagai guru slb” (W/D/82-88).

Sehingga dalam aspek self efficacy menunjukkan berbagai perilaku informan dalam kepercayaan dirinya dalam mendidik anak berkebutuhan khusus, ada yang menggunakan cara mengembangkan bakat yang anak berkebutuhan khusus punya dan adapula yang lebih memberikan penanaman berinteraksi sosial.

3.6 Aspek Implus control

Seperti halnya guru SLB X di Surakarta yang mendidik anak berkebutuhan khusus dalam pengontrolan dirinya dengan berbagai macam cara seperti informan berinisial L yang memilih untuk bersikap diam dan memastikan anak didiknya tidak mengalami cedera informan L mengatakan “Ya yang seperti yang sudah saya ceritakan itu mbak jadi saya memilih untuk melindungi anak anak dengan memeluk mereka dan saya hanya diam saja, sembari mengkonrol emosi saya sendiri dan menunggu anak capek tantrum dan setelah kondisi sudah dapat dikendalikan saya coba ajak berkomunikasi sianak” (W/L/156-160). Selain informan L, informan berinisial B mengontrol dirinya dengan menghelai nafas Panjang untuk pengondisian dirinya sendiri informan B mengatkan “Yang pasti saya menenangkan diri saya sendiri terlebih dahulu, seperti menghelai nafas, lalu menghampiri anak tersenut dan menenangkannya, dan itu biasanya anaknya saya keluarkan dari kelas dulu supaya tidak mengganggu yang lainnya, dan saya tenang dngan menemani anak tersebut dan memastikan anak tersebut tidak melukai badannya sendiri.”(W/B/106-111). Dan ada pula yang menggunakan cara meditasi diri sebelum berangkat ke sekolah hal tersebut dipaparkan oleh informan berinisial T yang mengatakan “semua masalah yang saya punya saya tiggal dirumah jadi saya ke sekolah bersih dan fokus mendidik mereka tanpa membawa emosi negative saya. Istilahnya meditasi dulu sebelum bertemu mereka. Ilmu ini saya dapat dari guru kakak saya dulu” (W/T/109-112). Tidakhanya informan L yang memilih cara diam, informan W menggunakan sikap yang hamper sama hanya saja dibarengi dengan sikap tegas informan W mengatakan “Ya itu tadi saya memilih untuk diam dan memasang muka marah. Soalnya anak yang saya pegang ini pada gabisa dihalusin mbak, jadi saya harus bersikap tegas tapi tanpa

membentak dan tanpa menyakiti mereka” (W/W/111-114). Informan D memilih untuk senantiasa membuat dirinya sendiri happy dan enjoy dalam kesehariannya informan D mengatakan “emosional saya ya saya sudah terlatih kalau untuk saat ini jadi ya saya enjoy aja mbak”(W/D/94-95).

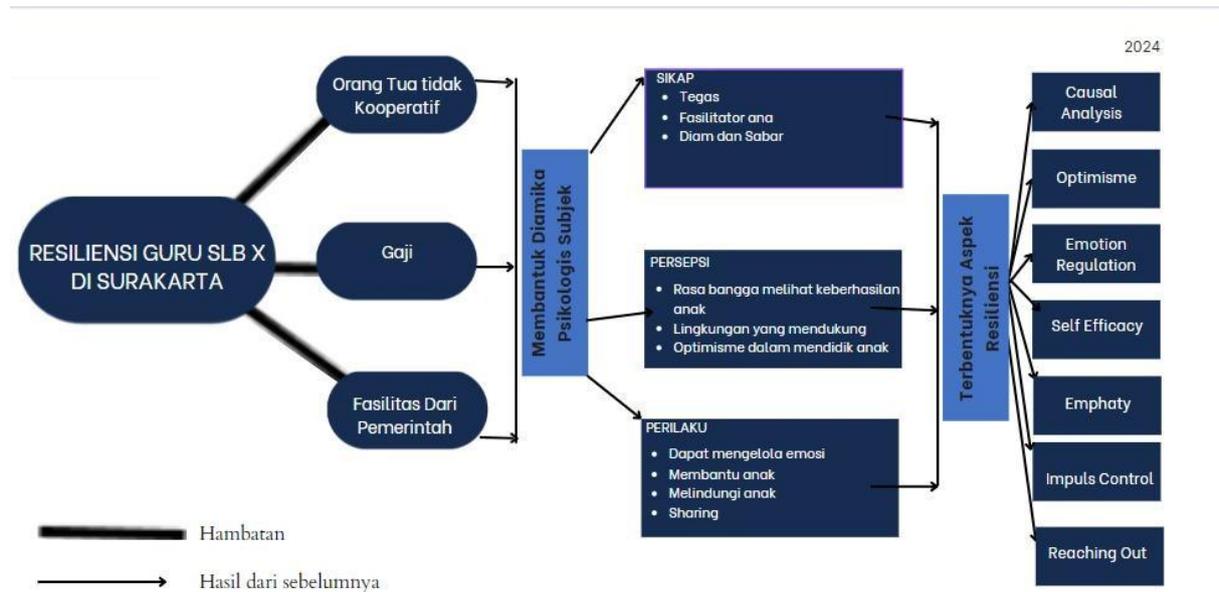
Sehingga dalam perilaku implus control ada beberapa perilaku yang ditunjukkan dalam penelitian ini seperti bersikap diam dan memastikan bahwa anak terhindar dari bahaya, bersikap diam dan tegas kepada anak, melakukan meditasi dan membuat suasana hati enjoy dan senang.

3.7 Aspek Reacing out

Seperti yang dalam penelitian yang dilakukan oleh kelima informan, yang menunjukkan bahwa kelima informan memanfaatkan waktu senggangnya dalam mengajar untuk lebih dekat dengan anak didiknya, membentuk kedekatan dengan anak didiknya pun dilakukan dengan berbagai cara salah satu caranya yaitu bersikap terbuka seperti informan berinisial L dan B, informan L yang mengatakan “*waktu luang saya untuk sharing sama guru guru lain dan orang tua anak anak mbak. Kaya jam pulang sekolah kan kita sebagai guru ga langsung pulang kan tetep nunggu jam absen dulu, nah itu saya gunakan untuk makan siang dan membangun kemistri antara saya sendiri dan orang orang yang berada dilingkungan bekarja.*” (W/L/180-185), informan B mengatakan “*Biasanya saya sharing sama senior senior saya di kantor mbak, say kan orangnya tu ingin Taunya tinggi dan saya juga pengen bisa berbaur dengan anak anak seperti senior senior saya di katir makannya saya sering sharing sama mereka*”(W/B/128-130), tidak hanya informan L dan B yang lebih memilih untuk saling terbuka dengan rekan kerja dan orang tua anak, adapula informan berinisial W yang memanfaatkan waktu luangnya untuk belajar dari pengalaman yang lebih senior di sekolah, informan W mengatakan “*Saya gunakan untuk sharing dengan senior saya disekolah sih mbak, tanya gimana kalau si A dikelas lain si B dikelas lain gitu sih*” (W/W/135-136) dan informan D juga melakukan hal yang sama yaitu memanfaatkan waktu luang saat disekolah dengan sharing informan D mengatakan “*Ya saya gunakan untuk sharing dengan guru guru baru dan menyemangati mereka untuk sabar Ikhlas mengajar di sini. Tidak hnya mendapatkan nafkah materi disini, tapi pahalanya sangat besar dari gusti allah saat kita Ikhlas mengajar anak abk, ya bukan maksud menggurui mereka yang masih muda tapi ya memberikan semangat lah saya ya pernah mengalami fase Dimana masih emosi kalau menghadapi anak anak ini*” (W/D/110-116).

Sehingga pada aspek reacing out menunjukkan bahwa kelima informan memanfaatkan waktu luangnya saat bekerja dengan banyak berinteraksi dengan rekan sesama guru ABK yang bertujuan untuk saling memberikan informasi perihal perkembangan anak, sharing ke orang tua anak dengan tujuan lebih mengenal anak dan cara yang dilakukan orang tua dalam

mendidik anak dirumah, dan yang terakhir dengan berinteraksi dengan anak itu sendiri yang bertujuan untuk menciptakan kedekatan antara guru dan anak didiknya.



Gambar 1. Skema penelitian

Berdasarkan skema yang ditampilkan diatas menunjukkan bahwasanya beban kerja yang dialami oleh kelima informan tidak menjadi hambatan guru dalam mengajar anak anak berkebutuhan khusus, dan cenderung membentuk resiliensi guru SLB X di Surakarta. Terbentuknya resiliensi guru SLB X di Surakarta dari lingkungan sekolah yang mendukung, dukungan dari sekolah berbentuk fasilitas penunjang yang membantu guru dalam mengajar anak berkebutuhan khusus, selain itu terbentuknya resiliensi pada guru ABK adanya kesadaran antara sesama guru SLB X di Surakarta yang saling membantu satu sama lain saat mengalami kesulitan dalam menenangkan anak yang sedang tantrum. Tidak hanya itu orang tua murid juga mnejadi faktor terbentuknya resiliensi guru SLB X di Surakarta karena kepercayaan orang tua dan keterbukaan orang tua kepada guru dapat membantu guru dalam mencapai goals yang diinginkan. Dengan adanya keterbukaan satu sama lain antara guru dan orang tua murid akan membuat proses mendidik anak akan berjalan dengan baik, komitmen orang tua yang baik mematuhi do and done yang diberikan guru selama proses belajar dirumah dan do and done orang tua kepada guru dalam mendidik anaknya disekolah membuat keberhasilan dalam mendidik anak.

4. PENUTUP

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan terbentuknya resiliensi diri guru SLB X di Surakarta dipengaruhi lingkungan kerja yang positif dan saling bekerja sama. Tidak hanya lingkungan kerja yang positif melainkan adanya namuri dalam diri atau rasa ingin mendidik

anak berkebutuhan khusus supaya dapat berguna di lingkungan masyarakatnya sehingga guru guru dengan tulus mendidik anak berkebutuhan khusus. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh kelima informan menunjukkan perilaku yang sama yaitu menyadari bahwasanya profesinya sebagai guru SLB X di Surakarta sangat berdampak di kehidupan siswanya, seperti dapat hidup mandiri, mempunyai sopan santun dan dapat berbaur dengan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhimah, S. (2020). Peran orang tua dalam menghilangkan rasa canggung anak usia dini (studi kasus di desa karangbong rt. 06 rw. 02 Gedangan-Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 57–62.
- Afiyanti, Y. (2008). Validitas dan reliabilitas dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(2), 137–141.
- Agusta, I. (2003). *Teknik pengumpulan dan analisis data kualitatif*. Pusat Penelitian Sosial Ekonomi, Litbang Pertanian.
- Akib, H., Guntur, M., & Salam, R. (2016). Civitas Academic Perception of “Blissful Services” for Recipient Postgraduate Program State University of Makassar, Indonesia. *International Conference on Public Organization VI (ICONPO VI)*, 340–350.
- Ciasico, F. (2018). *Doped Reaffirms Effort to Achieve Ideal Class Size Teacher-Student Ration*.
- Creswell, J. W. (2009). *Research Design (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed)*. Pustaka Pelajar.
- Emzir. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data*. PT Raja Grafindo Persada.
- Hidayat, I. (2019). *50 Strategi Pembelajaran Populer (Edisi Pertama)*. Diva Press.
- Izzah, N. (2022). Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Guru SD selama Pandemi Covid-19 di Surabaya. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1–7.
- Muhtar, T., & Lengkana, A. S. (2019). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. UPI Sumedang Press.
- Munawaroh, E., & Mashudi, E. A. (2018). *Resiliensi; Kemampuan Bertahan dalam Tekanan, dan Bangkit dari Keterpurukan*. CV Pilar Nusantara.
- Nabawi, R. (2019). Pengaruh lingkungan kerja, kepuasan kerja dan beban kerja terhadap kinerja pegawai. *Maneggio: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, 2(2), 170–183.
- Nugrahani, F., & Hum, M. (2014). *Metode penelitian kualitatif*. Cakra Books.
- Nuryana, A., Pawito, P., & Utari, P. (2019). Pengantar Metode Penelitian Kepada Suatu Pengertian Yang Mendalam Mengenai Konsep Fenomenologi. *Ensains Journal*, 2(1), 19–24.
- Pahleviannur, M. R., De Grave, A., Saputra, A. N., Mardianto, D., & Hafrida, L. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Pradina Pustaka.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. Broadway Books Strongman, K.T.
- Rolos, J. K., Sambul, S. A., & Rumawas, W. (2018). Pengaruh beban kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. Asuransi Jiwasraya Cabang Manado Kota. *Jurnal Administrasi Bisnis*, 6(4), 19–27.

- Saptutyingsih, E., & Setyaningrum, E. (2019). *Penelitian Kuantitatif Metode dan Alat Analisis*. Gosyen Publishing.
- Sari, D. A., & Wulandari, D. A. (2015). Resiliensi Diri Dalam Menghadapi Tekanan Kehidupan ((Studi Pada Pada Istri Anggota TNI Angkatan Darat). *Psycho Idea*, 13(1).
- Sari, Lestari, L. P., Kusuma, D. W., Mafulah, S., & Brata, D. P. N. (2022). *Metode penelitian kualitatif*. Unisma Press.
- Utami, N. P. S. M., & Putra, M. (2020). Kontribusi Disiplin Kerja dan Resiliensi Terhadap Kinerja Guru. *Indonesian Journal of Instruction*, 1(3), 121–132.
- Utomo, S. (2019). Pengaruh beban kerja dan stres kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. Mega Auto Central Finance Cabang di Langsa. *Parameter*, 4(2).
- Widati, M. A., & Muafi. (2020). Analisis Pengaruh Makna Kerja dan Resiliensi Terhadap Intention To Leave yang Dimediasi Oleh Kepuasan Kerja. *Jurnal Bisnis: Teori Dan Implementasi*, 11(2), 149–166.
- Widyataqwa, A. C., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi istri selepas kematian suami akibat covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 103–118.
- Yuliana, M. S., & Hartati, E. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dan Self Efficacy dengan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental di SLB Negeri Semarang. *Doctoral Dissertation, Faculty of Medicine*.
- Yunisya, P., & Sopandi, A. A. (2020). Penyelenggaraan Pembelajaran Penjas Adaptif Bagi Tunanetra di Rumah pada Masa Pandemi Covid-19 (SMK N 7 Padang). *Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 3(1), 20–24.