

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Smith (2006: 45) menjelaskan bahwa inklusi adalah sebuah istilah baru yang digunakan masyarakat untuk mendeskripsikan penyatuan bagi anak-anak berkelainan (penyandang hambatan atau cacat) dan anak-anak normal kedalam program-program sekolah. Pendidikan inklusi merupakan sebuah pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus yang diintegrasikan untuk masuk ke kelas reguler agar belajar bersama dengan anak normal lainnya di sekolah umum (Noviantoro dalam Olivia, 2017: 3). Kustawan dan Yani (2013: 28) menyebutkan anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah Anak yang secara pendidikan memerlukan layanan yang spesifik yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus memiliki hambatan perkembangan dan hambatan belajar. Mereka memerlukan layanan pendidikan yang sesuai dengan hambatan belajar dan hambatan perkembangan yang dialami oleh masing-masing anak.

Pendidikan inklusi menuntut pihak sekolah untuk dapat mengoptimalkan kemampuan yang ada dalam diri setiap siswanya dengan cara menerapkan metode pembelajaran yang berpusat pada siswa (Rahayu, 2017:290). Sehingga guru kelas kurang dapat memberikan perhatian yang optimal kepada setiap siswanya, terutama siswa dengan kebutuhan khusus. Dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah inklusi, guru kelas memerlukan seorang guru pendamping untuk membantu berbagai kegiatan anak berkebutuhan khusus. Guru pendamping tersebut

mempunyai tugas untuk membantu guru kelas dalam proses belajar mengajar di sekolah inklusi, sehingga prosesnya dapat berjalan lancar tanpa ada gangguan. Guru pendamping tersebut dikenal dengan sebutan *shadow teacher*.

Yuwono dan Joko (2007: 124) menjelaskan didalam pendidikan inklusi terdapat seorang guru yang memiliki pengetahuan dan keahlian dalam bidang anak-anak kebutuhan khusus serta mempunyai tugas untuk membantu atau bekerjasama dengan guru kelas di sekolah reguler dalam menciptakan pembelajaran yang inklusi yaitu *shadow teacher*. Seorang *shadow teacher* yang menangani anak berkebutuhan khusus diharuskan memiliki pengetahuan yang cukup dalam dan luas, *shadow teacher* ini memiliki peran dan tanggung jawab yang sangat berat. *Shadow teacher* dituntut agar mampu menentukan, memilih, dan mengembangkan model-model pembelajaran yang sesuai dengan anak didiknya masing-masing menurut tipe kebutuhan khususnya sehingga nantinya akan cocok dengan kemampuan anak didiknya tersebut. Setiap manusia, termasuk guru mengalami banyak hal, baik hal yang baik maupun yang kurang baik. Hal yang kurang baik seringkali memberikan tekanantekanan dalam hidup. Tekanan-tekanan tersebut yang sering disebut *stress*.

Weinberg dan Gould (2015 :80) mendefinisikan stres sebagai “*a substantial imbalance between demand (physical and/or psychological) and response capability, under condition where failure to meet that demand has important consequences*”. Artinya, adanya ketidakseimbangan antara tuntutan (fisik dan psikis) dan kemampuan untuk memenuhinya. Gagal dalam memenuhi kebutuhan tersebut akan berdampak krusial. Menurut Robins (2001, dalam Nugraheni, Wiyatini & Wiyadona, 2018: 50) mengartikan stres merupakan suatu kondisi yang

menekan keadaan psikis seseorang dalam mencapai suatu kesempatan dimana untuk mencapai kesempatan tersebut terdapat batasan atau penghalang. Dan jika pengertian stres dikaitkan dengan penelitian kali ini maka stress itu sendiri adalah kondisi yang mempengaruhi keadaan fisik atau psikis seseorang karena adanya tekanan dari dalam maupun dari luar diri seseorang yang dapat mengganggu pelaksanaan kerja mereka.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, stres adalah gangguan mental yang dihadapi seseorang akibat adanya tekanan. Tekanan ini akan muncul dari sebuah kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhan dan keinginannya. Tekanan ini bisa berasal dari dalam diri individu, atau dari luar. Dengan berbagai macam tingkah laku yang dialami guru pendamping dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus akan mengakibatkan guru pendamping mengalami rasa lelah (*burnout*), karena berbagai tekanan yang diperoleh dari segala aspek. Tingginya tingkat stres pada guru dapat memberikan pengaruh pada kerja dan kesehatan. Oleh karena itu *shadow teacher* juga harus mengerti tentang strategi-strategi sosial, personal, dan kontekstual yang digunakan oleh seseorang dalam menghadapi situasi yang yang dipersepsikan sebagai kondisi yang menyebabkan stress atau *distress* psikologis yang dikenal sebagai *Coping* (Mohino, Kirchner & Forns, 2004: 41).

Menurut Sarafino (2011 :111) *coping* adalah proses di mana seseorang mencoba untuk mengelola perbedaan yang dirasakan antara tuntutan dan sumber daya yang mereka nilai dalam situasi yang menegangkan (*stressful*). Perhatikan kata “mengelola” dalam definisi ini, ini menunjukkan bahwa upaya *coping* dapat sangat bervariasi dan tidak selalu mengarah pada solusi masalah. Meskipun upaya

penanggulangan dapat ditujukan untuk memperbaiki atau menguasai masalah, mereka juga dapat dengan mudah membantu orang tersebut mengubah persepsinya tentang ketidaksesuaian, mentolerir atau menerima bahaya atau ancaman, atau melarikan diri atau menghindari situasi (Lazarus & Folkman, 1984; Carver & Smith, 2010). Sebagai contoh, seorang anak yang menghadapi ujian yang menegangkan di sekolah mungkin menghadapi rasa mual dan tinggal di rumah.

Sarafino (2011: 111-113) mengemukakan macam-macam strategis dalam menghadapi permasalahan yang dikembangkan dari teori Lazarus dan Folkman (1984) yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Strategi *problem focus coping* maupun *emotion focus coping* keduanya memiliki efek yang positif. *Problem focus coping* lebih kepada perencanaan dalam menyelesaikan permasalahan langsung kepada tindakan yang terarah sedangkan *emotion focus coping* membantu untuk dapat memberikan makna yang positif dari peristiwa yang dialami.

Rencana pemilihan pada awalnya peneliti akan menggunakan subjek guru TK, tetapi karena banyaknya penelitian lain dengan subjek guru TK, peneliti akhirnya menggunakan subjek seorang *shadow teacher* karena masih kurangnya penelitian mengenai *shadow teacher*, baik itu tugas *shadow teacher*, ataupun stres yang dialami seorang *shadow teacher* saat bekerja. Alasan peneliti memilih variabel karena peneliti tertarik dengan fenomena yang terjadi di lapangan, seorang guru merupakan salah satu profesi yang rentan mengalami stres. Seorang guru yang mengalami kelelahan maupun stres biasanya akan memberikan reaksi berlebihan

ketika marah, cemas, depresi, lelah, bosan, sinis, dan sebagainya. Apalagi seorang guru khusus yang menangani anak berkebutuhan khusus.

Shadow teacher harus mempunyai kesabaran yang sangat tinggi, memiliki kesehatan fisik dan mental yang baik dalam melakukan pekerjaannya. *Shadow teacher* juga harus memiliki pribadi yang telaten karena mengajar anak dengan kebutuhan yang khusus memiliki tingkat kesulitan dibandingkan mengajar anak yang normal. Ketika seorang *shadow teacher* tidak memiliki kesabaran dan ketelatenan yang tinggi, maka guru tersebut akan rentan mengalami stres sehingga menyebabkan kurang maksimal dalam memberikan pendampingan dan pengajaran pada anak didiknya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kepada *shadow teacher*, bagaimana cara seorang *shadow teacher* mengatasi stres yang di alami, sehingga masih tetap tulus dan tersenyum dalam membimbing anak berkebutuhan khusus.

Berdasarkan pengamatan awal melalui observasi pada 7 Desember 2018 dan wawancara pada tiga orang subjek diketahui bahwa ketiganya mengalami gejala stres. Subjek FA sering mengalami jenuh dan stres di tempat kerja karena anak didiknya yang sering tantrum. Subjek IN mengalami stres karena anak didiknya selalu tantrum dan menghindar saat akan masuk kelas, sehingga setiap pagi IN harus berlarian mengejar anak didiknya. Subjek EA mengalami *stress* karena masa kerjanya yang masih 1 tahun dan anak didiknya yang merupakan anak dengan gangguan *slow learner* atau lambat belajar dan mengalami gangguan pada kedua telinganya, yang juga tidak ada kerja sama dengan orang tua murid sehingga

kurangnya komunikasi antara *shadow teacher* dan orang tua. Gejala yang dialami subjek akan ditampilkan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 1.1 : Gejala Stres yang dialami Subjek

Gejala	Subjek		
	FA	IN	EA
Mental	FA selalu terlihat kelelahan saat siang hari.	Subjek IN terlihat kebingungan dengan anak didiknya yang tantrum saat tidak ada ustadzah kelas. IN juga terlihat kelelahan saat siang hari.	EA kelelahan karena anak didiknya yang tidak paham pelajaran.
Emosional	FA akan cemas saat tidak bisa menangani anak didiknya saat tantrum. FA juga akan menjadi sedikit pemarah.	IN akan panik dan merasa cemas saat merasa melakukan kesalahan pada anak.	EA terlihat cemas pada perkembangan anak didik.
Fisik	FA sering merasa pusing.	Saat di kelas dan sedang stres, IN akan mengalami pusing dan asam lambun naik.	EA merasa pusing.
Perilaku	FA sering terlihat mengantuk di kelas. FA juga terkadang absen kerja saat merasa stres.	IN terlihat ceroboh saat di kelas jika sedang stres.	EA akan malas bekerja.

Berdasarkan data awal di atas itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini guna memberikan gambaran mengenai strategi *coping stress* yang digunakan oleh guru-guru pendamping saat bekerja, **“Strategi Coping Stress Pada Guru Pendamping (*Shadow teacher*) Anak Berkebutuhan Khusus di TK “X” ”.**

1.2. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan hasil penelitian Linayaningsih (2015) tentang Strategi *Coping* Pada Guru SLB Dalam Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus dapat disimpulkan bahwa subjek mengalami stress dalam menghadapi ABK, penyebab *stress* terjadi karena diri sendiri dan komunitas yang kurang memberikan dukungan. Beberapa gejala *stress* yang muncul berupa gejala psikologis seperti cemas dan mudah marah, serta gejala fisik seperti pusing, sakit kepala, otot tegang serta jantung berdebar dan mudah lelah. Cara mengatasi situasi yang menimbulkan *stress*, subjek memiliki beberapa cara untuk mengatasinya, subjek lebih fokus mengatasi dan menghadapi masalahnya dengan menggunakan *problem focused coping* yang cenderung berupa keaktifan diri, perencanaan, penekanan kegiatan bersaing, kontrol diri dan dukungan sosial instrumental. Subjek juga menggunakan *emotion focused coping* yang cenderung berupa dukungan sosial emosional, interpretasi positif, penolakan dan religiusitas.

Strategi *problem focus coping* maupun *emotion focus coping* keduanya memiliki efek yang positif terhadap subjek. Subjek yang dapat menggunakan strategi *coping* yang baik maka dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik pula. *Problem focus coping* lebih kepada perencanaan dalam menyelesaikan permasalahan langsung kepada tindakan yang terarah sedangkan *emotion focus coping* membantu subjek untuk dapat memberikan makna yang positif dari peristiwa yang dialami.

Menurut hasil penelitian Nugroho dan Khasan (2016) mengenai *coping stress strategy* pada guru anak berkebutuhan khusus dipengaruhi oleh faktor di luar diri informan yaitu: perilaku tantrum anak sebelum masuk kelas, perkembangan anak

yang lambat atau tidak signifikan adanya tuntutan peningkatan perkembangan anak dari orangtua namun tidak diimbangi oleh kerjasama yang baik dan ada beberapa orangtua yang masih kurang mempercayai sistem pendidikan yang diberikan untuk anaknya. *Stressor* eksternal tadi akan kemudian mempengaruhi faktor internal yaitu timbulnya perasaan cemas dan kecewa dalam diri informan.

Untuk mengatasi *stressor* di atas, maka informan melakukan aspek *problem focused coping* yang dilakukan informan adalah mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan untuk menyelesaikan masalah namun tetap menghargai hak dan perasaan orangtua anak berkebutuhan khusus. Selain itu, informan pertama dan ketiga menggunakan tahapan tertentu untuk menyelesaikan stress akibat permasalahan yang dialami dengan cara mencari informasi dari media internet dan meminta pendapat kepada orang lain yang lebih memahami serta mencoba mengkomunikasikan masalah yang ada dengan orangtua namun apabila tidak ada perubahan sikap dalam jangka waktu tertentu, maka orangtua dipersilakan untuk memindahkan ke tempat pendidikan lainnya.

Untuk aspek *emotion focused coping* yang digunakan oleh ketiga informan adalah berusaha melihat sisi lucu dari anak namun selain itu, informan ketiga lebih berusaha memaknai permasalahan hidup orang lain. Sedangkan usaha untuk mencari jarak dengan masalah yang ada dan bertingkah laku mengabaikan masalah yang ada, dan usaha untuk mengelola perasaannya dengan cara menyimpan perasaan-perasaannya tersebut dan usaha untuk mencari simpati dari orang lain, misalnya dengan menceritakan masalah kepada orang lain agar

mendapatkan masukan pemecahan masalah berbeda pada masing-masing informan dalam menghadapi stres mendidik anak berkebutuhan khusus.

Hasil penelitian yang dilakukan Ferlina, Jayanti, dan Suroto (2016) mengenai Analisis Tingkat Stres Kerja Pada Guru Tuna Grahita di Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB) Negeri Purwosari Kudus adalah mengenai gambaran tingkat stresnya yaitu keempat informan mengalami stres ringan, dan tiga informan mengalami stres berat. Gejala yang dirasakan oleh informan stres ringan adalah gejala perilaku dan fisiologis, sedangkan informan stres berat mengalami gejala psikologis dan perilaku. Untuk karakter individunya ialah faktor usia yang lebih tua memiliki pemahaman bekerja yang lebih banyak. Sehingga dapat menurunkan tingkat stres.

Motivasi menjadi guru pendidikan khusus dapat dilihat dari latar belakang pendidikan guru tersebut. Dengan latar Pendidikan Luar Biasa (PLB) atau Bimbingan Konseling (BK) mengartikan bahwa guru tersebut memang siap menjadi guru sekolah luar biasa. Informan stres ringan maupun berat rata-rata memiliki kepribadian tipe “A” yang dapat menjadi faktor stres kerja. Untuk faktor intrinsik dalam pekerjaan yaitu menurut informan stres ringan dan berat, beban kerja yang diberikan sesuai dengan peraturan pemerintah, akan tetapi ada ketimpangan dimana informan stres berat yang berstatus Guru Tidak Tetap (GTT) mempunyai beban mengajar selama 32 jam perminggu, sedangkan pada guru Pegawai Negeri Sipil (PNS) mengaku beban mengajarnya selama >32 jam. Suasana ruang kelas kurang kondusif jika sedang berlangsung kegiatan belajar mengajar didalam kelas. Rasio jumlah siswa dengan luas ruang kelas tidak sesuai. Seharusnya ruang kelas diisi oleh 5 siswa.

1.3. Fokus Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, maka peneliti memfokuskan pada permasalahan bagaimana gambaran strategi *coping stress* yang digunakan guru pendamping (*shadow teacher*) anak berkebutuhan khusus di taman kanak-kanak. Permasalahan ini difokuskan pada strategi *coping* guru pendamping dalam mendidik anak berkebutuhan khusus selama proses belajar mengajar, memberikan gambaran tentang tingkat stres mereka, apa efek terhadap diri dan kinerja dalam pekerjaan dan *coping* apa yang mereka lakukan untuk mengatasinya.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Bagaimanakah gambaran strategi *coping stress* yang dilakukan guru pendamping (*shadow teacher*) anak berkebutuhan khusus di TK “X” ?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran strategi *coping stress* yang dilakukan guru pendamping (*shadow teacher*) anak berkebutuhan khusus di TK “X”.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian teoritis, dan mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling, mengenai stres dan strategi *coping stress*.

1.6.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru Pendamping (Shadow Teacher)

Hasil penelitian bisa menjadi masukan dalam menghadapi problem-problem psikologis yang dihadapi ketika berhadapan dengan anak berkebutuhan khusus.

b. Bagi Guru BK dan Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber referensi bagi guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan khususnya dalam bidang bimbingan pribadi dan sosial terkait *stress* yang dialami guru pendamping (*shadow teacher*) dan strategi *coping* apa yang digunakan untuk mengatasinya.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi Peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi pengetahuan terutama terkait dengan *stress* dan strategi *coping stress*.