

Pendahuluan

Kehidupan manusia tidak bisa lepas dari pendidikan. Manusia dididik oleh keluarga, masyarakat, dan lingkungannya sejak lahir hingga meninggal dunia. Pendidikan didefinisikan sebagai upaya untuk membantu anak untuk mengembangkan kemampuannya dan tumbuh secara optimal di masyarakat (Arif, 2009:8). Menurut Ramdhany (2014), adanya pendidikan bertujuan untuk mengembangkan dan menumbuhkan potensi serta kemampuan siswa untuk menjadi individu yang lebih berkualitas secara intelektual, spiritual, dan emosional. Ini sesuai dengan tujuan dan fungsi pendidikan nasional, yang tercantum dalam Undang-Undang No.20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas, Pasal 3 yang menyatakan pendidikan nasional memiliki fungsi untuk mengembangkan kemampuan peserta didik dan membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Tujuannya adalah agar peserta didik menjadi orang yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan demokratis dan bertanggung jawab sebagai warga negara.

Pendidikan adalah hak bagi seluruh warga negara, menurut Undang-Undang Republik Indonesia bahwa pendidikan tidak boleh dipengaruhi oleh ekonomi, tingkat sosial, agama, suku, ras, atau fisik seseorang. Semua orang berhak mendapatkan pendidikan yang layak, baik yang normal maupun yang memiliki keterbatasan fisik, mental, emosional, atau intelektual. Untuk memastikan bahwa anak-anak yang memiliki keterbatasan tetap memiliki akses yang layak ada beberapa layanan pendidikan pilihan yang tersedia di Indonesia. Ada beberapa jenis sekolah untuk anak berkebutuhan khusus. Beberapa di antaranya adalah Sekolah Luar Biasa (SLB) dan Sekolah Inklusi (Ramli, dkk 2022). Sekolah inklusi merupakan bentuk layanan pendidikan yang memastikan bahwa anak-anak berkebutuhan khusus dan anak-anak umumnya menerima pendidikan yang sama tanpa adanya diskriminasi. Pendidikan inklusi adalah jenis pendidikan khusus di mana semua anak berkebutuhan khusus harus mendapat pendidikan yang sama dengan siswa seusia mereka di kelas umum. (Darma dan Rusyidi, 2015). Menurut Petunjuk Pelaksanaan Sistem Pendidikan

Nasional Tahun 1993, sekolah luar biasa (SLB) adalah lembaga pendidikan yang bertujuan untuk membantu siswa dengan kelainan fisik, mental, perilaku, atau sosial untuk mengembangkan sikap, pengetahuan, dan keterampilan sebagai individu dan anggota masyarakat dengan membangun hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya, dan alam sekitar mereka serta meningkatkan kemampuan mereka untuk bekerja di dunia kerja. Sekolah Luar biasa adalah bagian terpadu dari sistem pendidikan nasional yang dirancang khusus untuk siswa yang memiliki kelainan fisik atau perilaku (Mangunsong 1998).

Guru adalah komponen penting dari proses pendidikan. Guru memiliki peran penting dan strategis dalam proses pengajaran. Hal Ini karena guru merupakan garda terdepan dalam proses pendidikan, berhadapan langsung dengan siswa menyebarkan pengetahuan, keterampilan dan teknologi serta menanamkan praktik dengan nilai nilai positif melalui pengajaran dan keteladanan yang baik. (Kunandar, 2007). Menurut Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, guru adalah pendidik profesional yang bertanggung jawab atas pendidikan, pengajaran, bimbingan, pengelolaan, pelatihan, penilaian, dan evaluasi peserta didik mulai dari pendidikan anak usia dini sampai dengan pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Menurut Direktorat Tenaga Kependidikan Depdiknas (2003), standar kompetensi guru terdiri dari empat komponen: pengelolaan pembelajaran, pengembangan potensi, penguasaan akademik, dan sikap kepribadian.

Semua komponen diatas tidak akan tercapai ketika seorang guru berada di situasi yang membuatnya tertekan. Menjadi guru pendidikan khusus adalah salah satu pekerjaan yang sulit dan penuh tantangan di dunia pendidikan. Dibandingkan dengan guru umum, guru pendidikan khusus cenderung menghadapi rentan stres yang lebih besar karena banyaknya tuntutan akademik yang dihadapi siswa berkebutuhan khusus (Garwood, dkk 2018). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di Inggris mengenai stres kerja yang melibatkan 25.000 karyawan dari 26 bidang pekerjaan yang berbeda, ditemukan bahwa guru dan pengajar terutama mereka yang bekerja sebagai pengajar SLB yang menghadapi tugas berat hingga mengalami tingkat stres yang paling tinggi. Dalam situasi seperti ini,

ada berbagai tuntutan syarat yang harus dipenuhi untuk memastikan bahwa siswa berhasil dan proses belajar mengajar berjalan dengan lancar (WHO, 2016). Sementara Istiqomah (2015) menyatakan bahwa tugas guru SLB berbeda dengan tugas guru pada anak normal. Guru SLB tidak hanya mengajar, tetapi juga sabar dalam mengasuh dan mendidik siswa mereka dengan penanganan khusus atau berbeda. Hal ini dikarenakan Pendidikan khusus melayani siswa dari berbagai keterbatasan fisik, emosi, mental maupun kognitif sehingga terdapat heterogenitas pada kebutuhan, tujuan dan hasil dari proses belajar mengajar (Love, dkk 2020). Peran guru Pendidikan khusus merupakan faktor utama dalam keberhasilan dan perkembangan siswa berkebutuhan khusus dibandingkan dengan metode belajar mengajar, program sekolah ataupun lingkungan keluarga (Boujut, Popa dkk, 2017). Kegiatan belajar mengajar dilakukan setiap hari dan memenuhi kebutuhan siswa sesuai karakteristiknya, Menghadapi anak berkebutuhan seperti anak autisme dan anak berkebutuhan yang berperilaku aktif juga menjadi tantangan bagi guru pendidikan khusus dari hal tersebut dapat memicu timbulnya stres.

Stres adalah kondisi yang mengganggu kesehatan fisik dan mental. Karena ada perbedaan antara yang diharapkan dan yang ada, keadaan yang tercipta ini sangat menantang bagi seseorang (Chaplin, 2001). Namun, stres dapat didefinisikan sebagai sejenis frustrasi di mana gangguan terjadi dalam aktivitas seseorang untuk mencapai tujuannya, menyebabkan cemas, was-was, dan khawatir (Kartono dan Gulo 2000). Menurut Markam dan Slamet (2003), stres adalah ketika seseorang menanggung beban yang tidak sepadan dengan kemampuan mereka untuk mengatasinya. Seperti yang dinyatakan oleh Santrock (2002), stres adalah reaksi individu terhadap situasi dan peristiwa yang disebut sebagai *stressor*, yang menimbulkan ancaman dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menangani (*coping*).

Untuk mengurangi kondisi tekanan-tekanan *stress* guru pendidikan khusus dapat mengatasinya dengan Strategi *Coping*. mekanisme coping (*Strategy Coping*) cara mengatasi perubahan lingkungan, masalah keadaan tertentu atau situasi tertentu secara alami cara menanggapi perubahan lingkungan, masalah,

atau kondisi tertentu secara alami atau berdampak. Dengan melihat kembali keadaan, strategi coping individu sering berubah. coping dapat adaptif atau maladaptif. coping adaptif secara efektif membantu orang menghadapi stress dan meminimalkan distress yang dihasilkannya. coping maladaptif dapat menyebabkan distress yang tidak seharusnya dialami orang atau orang lain (Kozier, 2010). Menurut Taylor (2009) terdapat ada banyak cara untuk mengatasi stres. Coping stress adalah mekanisme untuk mengatasi stres. Ini adalah cara orang berpikir dan bertindak untuk mengatur atau mengendalikan perilaku mereka dalam situasi yang penuh tekanan atau stres .

coping dilakukan sebagai upaya untuk mengurangi stres yang menjadi proses pengaturan atau tuntutan (baik eksternal maupun internal) yang dianggap sebagai beban yang melampaui kemampuan seseorang (Lazarus & Folkman, 1984). Fungsi dari *Coping* adalah untuk menunjukkan cara penyesuaian diri terhadap situasi yang menimbulkan stres yang signifikan bagi seseorang. Lazarus & Folkman (1984) menjelaskan dua cara dalam mengatasi stress yaitu: *problem-focused coping*, yang berfokus pada mencoba menyelesaikan masalah secara langsung, dan *emotion focused coping*, yang berfokus pada mengelola emosi yang disebabkan oleh stres. Dengan mempertimbangkan teori di atas, dapat disimpulkan bahwa strategi coping stress adalah upaya yang dapat dilakukan oleh individu untuk menyelesaikan, mengurangi permasalahan stres yang muncul akibat tekanan dari situasi yang dihadapinya.

Setiap Guru pendidikan khusus dengan segala beban kerja yang dihadapinya, Diharapkan mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi stres melalui penerapan strategi coping yang efektif. Hal itu memungkinkan mereka untuk melakukan tugasnya dengan baik dan memberikan hasil kerja yang baik. Untuk bertahan dan berkembang di sekolah kebutuhan khusus, guru pendidikan khusus harus mampu mengelola stres yang terkait dengan kegiatan belajar mengajar (Boujut,dkk 2017). Selain itu, hasil belajar siswa juga dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam mengendalikan stres. stres berkaitan dengan kesejahteraan dan kesehatan para guru pendidikan khusus. Memiliki hubungan kerja dengan rekan kerja, membangun hubungan yang baik

dengan siswa, sistem administrasi yang baik tercatat dapat membantu menjaga kesehatan mental dan keseimbangan kehidupan dan pekerjaan (Garwood, dkk 2018).

Sekolah Luar Biasa (SLB) Al-Ikhlas Prambon merupakan Lembaga pendidikan yang ditujukan bagi anak-anak yang memiliki keterbatasan fisik, kognitif, psikologis, atau emosional. Sekolah ini mulai berdiri pada tahun pelajaran 2020/2021 berstatus swasta, yang berdomisili di Desa Singkalanyar Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk Provinsi Jawa Timur, SLB Al-Ikhlas menerima peserta didik mulai dari jenjang TKLB, SDLB, SMPLB dengan berbagai ketunaan/hambatan seperti : anak dengan hambatan penglihatan (Tuna netra), hambatan pendengaran (Tuna Rungu), hambatan berfikir (Tuna Grahita), hambatan fisik (Tuna Daksa) dan Autisme. Memiliki siswa berkebutuhan khusus sebanyak 23 anak dan 13 anak diantaranya adalah penyandang autis. Sementara Gurunya berjumlah 6 orang. Kegiatan sekolah dilaksanakan mulai hari senin hingga sabtu dimulai pukul 08.00 hingga pukul 10.30 WIB. Sekolah ini memiliki 4 ruang kelas yang masing masing kelasnya terdapat 2 hingga 4 anak autis. ruang kelas tersebut dibagi dan diperuntukkan bagi anak berkebutuhan sesuai jenjang kelasnya mulai dari TKLB,SDLB, dan SMPLB.

Berdasarkan Pra Observasi dan Wawancara pada 2 Guru SLB ketika mengunjungi SLB Al-Ikhlas Prambon pada tanggal 26 Juni 2023, Guru SLB mengungkapkan bahwa guru sering mengalami lelah dan stress saat membimbing anak autis disekolah, kondisi stress muncul saat guru tidak dapat menangani anak autis dengan baik. Karena tidak jarang terjadi hal-hal diluar kendali seperti anak tantrum, bertingkah agresif dan mengganggu temannya yang lain, apalagi di sekolah SLB Al-Ikhlas Prambon didominasi dengan anak penyandang autis yang mana dalam satu kelas terdapat lebih dari 2 anak autis yang berperilaku aktif, terkadang terjadi teriakan histeris yang mengganggu konsentrasi belajar anak lainnya, banyak tantangan dan kesulitan yang dihadapi guru SLB saat membimbing anak autis yang berjumlah banyak. Seringkali anak autis merusak peralatan sekolah, guru merasa kewalahan mengajari anak autis yang sulit diatur. Selain itu, anak-anak mengalami kesulitan menangkap informasi dan belajar

dengan lambat, dan mereka tidak dapat melakukan hal sederhana walaupun sejak dini sudah dilatih. Akibatnya, beban guru semakin besar. dari hal itu guru SLB membutuhkan kesabaran ekstra dan sering kali guru juga mengalami stress berlebih.

Beberapa penelitian terdahulu yang membahas *coping stress* salah satunya adalah peneliti Assyva dan Hanoum (2022) yang memperoleh hasil data bahwa Terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada guru yang menangani anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Bekasi Jaya. Ada hubungan positif antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis seiring dengan peningkatan kemampuan diri sendiri, kesehatan mental juga meningkat dan sebaliknya. Penelitian lain yaitu dari Ramli, Jufri, Novita (2022) mendapatkan data bahwa Perbedaan penggunaan strategi coping berupa *problem-focused coping* dan *emosional-focused coping* mengenai *burnout* pada guru honorer pendidikan luar biasa di Kota Makassar. Tingkat *burnout* di kalangan guru honorer pendidikan luar biasa di Kota Makassar tergolong tinggi. Guru honorer pendidikan luar biasa yang memiliki burnout tinggi cenderung menggunakan *strategy coping* yang berfokus pada emosi, sedangkan guru yang memiliki burnout rendah cenderung menggunakan *strategy coping* yang berfokus pada masalah. Sementara pada penelitian Hidayati dan Suryadi (2020) memperoleh hasil data bahwa dalam mengurangi stres, guru saling diskusi dan *sharing* dengan teman mereka. Satu hal yang sangat penting bagi guru adalah selalu menanamkan optimisme dalam diri mereka sendiri.

Berangkat dari permasalahan dan uraian sebelumnya serta didukung dengan adanya beberapa penelitian terdahulu, Peneliti ingin mengetahui Bagaimana Gambaran Stress pada guru Anak Berkebutuhan Khusus penyandang Autis di SLB Al-Ikhlas Prambon, Bagaimana Sumber munculnya stress pada guru Anak Berkebutuhan Khusus penyandang Autis di SLB Al-Ikhlas Prambon dan Bagaimana Strategi Coping Stress Guru Anak Berkebutuhan Khusus Penyandang Autis di SLB Al-Ikhlas Prambon Nganjuk.