

**NASKAH PUBLIKASI**

**REGULASI EMOSI PADA GURU PENDAMPING  
ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Jember**



Oleh :  
Elvira Puspitasari  
NIM 1710811058

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2019**

**NASKAH PUBLIKASI**

**REGULASI EMOSI PADA GURU PENDAMPING  
ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**Telah Disetujui Pada Tanggal**

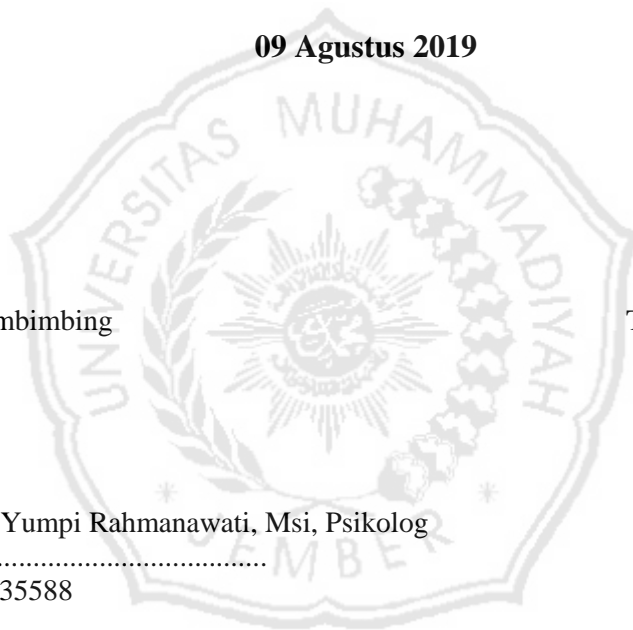
**09 Agustus 2019**

Dosen Pembimbing

Tanda Tangan

1. Festa Yumpi Rahmanawati, Msi, Psikolog  
.....  
NIP. 13035588

2. Erna Ipak Rahmawati, S.Psi, MA  
.....  
NIP.1978050720050120001



## REGULASI EMOSI PADA GURU PENDAMPING ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Elvira Puspitasari<sup>1</sup>  
Festa Yumpi Rahmanavwati, M.Si, Psikolog<sup>2</sup>  
Erna Ipak Rahmawati, S.Psi, MA<sup>3</sup>

### INTISARI

Tujuan dari penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran pada regulasi emosi guru pendamping anak kebutuhan khusus (ABK) di sekolah inklusi Jember. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Variabel penelitian ini yaitu regulasi emosi pada guru pendamping anak berkebutuhan khusus. Populasi penelitian ini adalah Guru pendamping kelas inklusi sebanyak 50 orang. Tehnik pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh. Metode analisis data menggunakan uji validitas, realibilitas, normalitas dan deskripsi analisis. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan regulasi emosi guru pendamping anak kebutuhan khusus (ABK) di sekolah inklusi dijelaskan bahwa pada umumnya guru pendamping memiliki regulasi emosi yang rendah. Hal itu dikur dengan indikator *Cognitive reappraisal* tergolong rendah dan *expresion reappraisal* masuk dalam kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa regulasi emosi guru pendamping masih rendah. Regulasi emosi mencerminkan kendali emosi yang dilakukan oleh guru pendamping dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus.

**Kata kunci: *Cognitive reappraisal*, emosi, *expresion reappraisa* , inklusi dan regulasi**

1. Peneliti
2. Dosen Pembimbing I
3. Dosen Pembimbing II

## EMOTION REGULATION IN ACCOMPANYING TEACHER CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

Elvira Puspitasari<sup>1</sup>  
Festa Yumpi Rahmanawati, M.Si, Psikolog<sup>2</sup>  
Erna Ipak Rahmawati, S.Psi, MA<sup>3</sup>

### ABSTRACT

*The purpose of this study was research that wanted to find out about the detection of teachers of special needs children (ABK) in Jember inclusion schools. This type of research is quantitative descriptive research. The variable of this research is the teaching regulation on the accompanying teacher of children with special needs. The population of the study was 50 inclusive teachers accompanying the inclusion class. The technique of taking samples using saturated sampling techniques. Data analysis method uses validity, reliability, normality, and analysis descriptions. Based on the results of the study, it determined the detection of companions of special needs children (ABK) in inclusive schools regarding the distribution of companions for registrants. This is measured by the relatively low cognitive assessment indicator and the re-realization expression is in the low category. These results indicate that testing the transition of accompanying teachers is still low. Logistics Regulations Regulate the Logic that is carried out by accompanying teachers in assisting children with special needs.*

**Keyword: Cognitive reappraisal, emotion, expresion reapraisa , Inclusion and Regulaiton**

1. Researcher
2. Supervisor I
3. Supervisor II

## PENDAHULUAN

Guru pendamping merupakan profesi yang berhadapan langsung dengan para anak yang memiliki kebutuhan khusus baik mental maupun fisik. Guru pendamping yang mempunyai kualifikasi, kompetensi, dan dedikasi yang tinggi dalam menjalankan tugas profesionalnya akan dihasilkan generasi masa depan yang siap hidup dengan tantangan zamannya sehingga diperlukan (Kunandar, 2009).

Profesi guru pendamping dibebani segudang tanggung jawab terhadap perubahan pengetahuan yang mengarah pada perilaku murid menuju lebih baik. Guru pendamping mempunyai peran dalam mencerdaskan anak-anak bangsa. Setiap sekolah membutuhkan sosok Guru pendamping yang mempunyai kompetensi, guna mencerdaskan anak didiknya. Sumber belajar bukan hanya guru pendamping, apabila guru pendamping tidak mampu menyesuaikan diri dengan perubahan, maka guru pendamping tersebut akan mudah ditinggalkan oleh muridnya (Sagala, 2009).

Pelayanan seorang guru pendamping sangat bermanfaat dan dapat meningkatkan kualitas belajar anak di kelas secara keseluruhan. Seorang guru pendamping diharapkan mampu membantu anak dalam banyak hal, seperti konsentrasi (focus), komunikasi, partisipasi dalam kelas, sosialisasi, bersopan santun dan mengendalikan perilakunya. Meskipun guru kelas atau guru inti mampu melayani dan mengajar dengan baik dan dengan tujuan yang jelas, namun guru pendamping juga diperlukan dalam penguasaan dan pengkondisian kelas saat guru inti menyampaikan materinya, serta membantu guru inti dalam

melakukan proses evaluasi. Dapat disimpulkan bahwa tugas guru pada acara inti selain membantu, membimbing, dan memberikan penguatan kepada anak, juga melakukan penilaian terhadap hasil karya anak dari masing-masing area minat yang mereka selesaikan.

Di Indonesia terdapat beberapa pendidikan yaitu pendidikan umum yang didalamnya terdapat siswa-guru pendamping yang normal seperti pada umumnya dan juga pendidikan SLB (sekolah luar biasa) atau sekolah inklusi. Sekolah inklusi terdapat guru pendamping-guru pendamping yang mengalami gangguan atau keterbelakangan mental sehingga penanganan atau proses belajar tidak sama dengan pendidikan umum yang guru pendamping-guru pendampingnya adalah anak-anak yang normal pada umumnya. *The Americans with Disability Act* (ADA) menyatakan bahwa individu yang mengalami kebutuhan khusus atau anak luar biasa harus mendapatkan akomodasi yang memadai baik di dunia pendidikan maupun di dunia pekerjaan dan tidak boleh mendapatkan diskriminasi.

Di Indonesia menindak lanjuti dengan UU Nomor 20 tahun 2003 tentang Sisdiknas pasal 5 ayat (2) bahwa “warga negara yang berkelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan sosial Adanya tuntutan dan tanggung jawab yang dimiliki oleh guru pendamping, khususnya pada guru pendamping anak berkebutuhan khusus. Selain mencerdaskan anak, memberi teladan, menjadi orang tua anak saat di sekolah, dan mengajari anak mengenai berbagai pelajaran yang berguna untuk masa depan. guru pendamping anak berkebutuhan khusus pun harus mampu untuk menghadapi berbagai macam

tingkah laku, kebiasaan, dan kekurangan serta kelebihan yang dimiliki oleh setiap anak di sekolah tersebut.

Sekolah Luar Biasa tentunya menerima anak-anak dengan gangguan yang berbeda, seperti: tuna netra; yang tidak dapat melihat, tuna rungu; yang tidak dapat mendengar, tuna wicara; tidak dapat berbicara secara normal, tuna grahita; yang mentalnya terganggu, tuna daksa; yang memiliki gangguan pada fisik, tuna laras; yang memiliki kelainan perilaku, serta autisme; yang tidak dapat bersosialisasi dengan baik. Cara guru pendamping ABK melakukan regulasi emosi menurut Graziano dkk (2010) menjelaskan bahwa Guru pendamping membutuhkan informasi yang penting mengenai perilaku akademik guru pendamping di kelas sebagai cara agar dapat membantu meregulasi emosi saat berhadapan dengan guru pendamping. Guru pendamping membutuhkan kemampuan yang komprehensif dan reseptantif pada konteks akademik serta membutuhkan informasi dan berhak memperoleh pendidikan khusus” (Agustien, 2013)

Regulasi emosi adalah sebagai usaha yang dilakukan seorang individu untuk mempengaruhi emosi yang sedang dirasakan, dan bagaimana emosi ini dirasakan dan diekspresikan. Usaha yang diperlukan untuk dapat meregulasi emosi dapat bersifat otomatis ataupun dikontrol, sadar ataupun tidak sadar (Snyder, 2006) perilaku akademik guru pendamping di kelas.

Penelitian yang dilakukan oleh Wardhani (2012) menunjukkan dalam pelaksanaan tugas mengajar, beban yang harus dihadapi Guru pendamping

pendidikan luar biasa jauh lebih berat dibandingkan Guru pendamping pendidikan biasa yang mayoritas anak didiknya adalah anak-anak yang normal. Beban kerja yang berat tersebut dan keseharian yang monoton serta ketidakmampuan mendayagunakan perilaku koping membuat Guru pendamping banyak dihindangi *burnout* dalam bekerja. Selain itu, dalam menghadapi hambatan dan kesulitan guru pendamping luar biasa menggambarkan keadaan yang menuntut secara emosional (*emotionally demanding*). Pada akhirnya dalam jangka panjang individu akan mengalami kelelahan baik kelelahan fisik, emosional, dan mental. Adanya ketidakstabilan emosi yang terbentuk akan mempengaruhi cara mengajar Guru pendamping ABK di suatu lembaga atau pusat-pusat terapi.

### **TINJAUAN PUSTAKA**

Regulasi emosi diartikan sebagai usaha yang dilakukan seorang individu untuk mempengaruhi emosi yang sedang dirasakan, dan bagaimana emosi ini dirasakan dan diekspresikan. Usaha yang diperlukan untuk dapat meregulasi emosi dapat bersifat otomatis ataupun dikontrol, sadar ataupun tidak sadar (Snyder, 2006). , regulasi emosi adalah sebuah proses yang digunakan untuk membuat perasaan menjadi lebih baik atau lebih buruk tergantung pada kondisi dan situasinya (Snyder, 2006)

Anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak normal pada umumnya. Menurut Efendi yang dikutip oleh Abdullah (2013), istilah berkebutuhan khusus secara eksplisit ditujukan kepada



anak yang dianggap mempunyai kelainan atau penyimpangan dari kondisi rata-rata anak normal umumnya yaitu dalam hal fisik, mental maupun karakteristik perilaku sosialnya.

Guru Pendamping adalah Guru Formal dan Guru non Formal yang belum memenuhi kualifikasi akademik dan kompetensi (Peraturan Mendiknas Nomor 58 Tahun 2009). Kewajiban guru pendamping adalah menjadi teladan bagi pembentukan karakter anak, membantu guru dalam menyusun rencana pembelajaran, membantu mengelola kegiatan bermain sesuai dengan tahapan dan perkembangan anak, membantu dalam melakukan penilaian tahapan perkembangan anak (Peraturan Mendiknas Nomor 58 Tahun 2009).

### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan dasar bagi semua penelitian. Penelitian Deskriptif dapat dilakukan secara kuantitatif agar dapat dilakukan analisis statistik (Sulistyo, 2006). Populasi dalam penelitian ini adalah Guru pendamping kelas inklusi sebanyak 50 orang Skala yang digunakan untuk mengukur regulasi emosi pada guru pendamping anak berkebutuhan khusus di sekolah inklusi adalah skala psikologi dengan bentuk Likert.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian regulasi emosi guru pendamping di sekolah starkids dan SLB bintoro di ketahui bahwa guru yang memiliki regulasi emosi dengan kategori tinggi sebesar 40% artinya sebanyak 20 guru pendamping memiliki regulasi emosi tinggi, sedangkan pada kategori rendah sebesar 60%

artinya sebanyak 30 guru pendamping memiliki regulasi emosi rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa regulasi emosi guru pendamping cenderung pada kategori rendah. Artinya guru yang memiliki regulasi emosi rendah berarti guru tersebut belum mengendalikan emosi negatif. Ada 40% yang katagori tinggi artinya keberhasilan guru juga akan meningkat, sehingga ketika guru memiliki emosi yang positif maka guru akan memiliki rasa kesejahteraan, ketika proses pendampingan. Guru yang memiliki katogori regulasi emosi rendah, maka guru mudah marah, tidak bisa mengendalikan emosi yang akan mengakibatkan proses dalam pendampingan tidak optimal atau tidak berjalan dengan baik..

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya regulasi emosi tinggi berdasarkan indikator *Cognitive reappraisal* (berada pada  $score \geq 33,98$ ) sebanyak 20 guru pendamping. Hal ini berarti dapat diketahui berdasarkan indikator *Cognitive reappraisal* yaitu mampu mengurangi perilaku emosi ketika dalam keadaan emosional, mampu mengubah perilaku dalam keadaan emosi. Sedangkan pada kategori rendah dengan  $score \leq 33,98$  dilakukan sebanyak 30 guru pendamping. Pada umumnya regulasi emosi guru inklusi maish rendah karena banyak faktor menjadi penyebab antara lain faktor instrinsik yang ditekakankan pada faktor perbedaan individu dalam emosionalitas dan reaktifitas temperamental dalam keterampilan regulasi emosi. Faktor intrinsik lainnya termasuk proses fisiologis dan fungsinya yang berperan dalam perilaku regulasi emosi.. Teori regulasi emosi yang berfokus pada komponen biologis dari regulasi emosi berasumsi bahwa kematangan dari dukungan sistem biologis menjadi sarana peningkatan *fun* regulasi emosi dan regulasi perilaku yang baik (Fox, 1994;

Fox dan Carld, 1999; Porges, dalam Gross, 2007). Faktor kedua, adanya regulasi emosi rendah dari faktor ekstrinsik adalah adanya faktor pembentuk regulasi emosi yang meliputi peran dari pengasuh dalam memberikan dukungan dan respon yang fleksibel. Berdasarkan indikator *Expressive suppression* hasil perhitungan dapat diketahui bahwa aspek *Expressive suppression* mencapai kategori tinggi (berada pada  $score \geq 62,36$ ) dilakukan sebanyak 50 guru pendamping demikian juga kategori rendah juga sebesar 50%.

Adanya regulasi emosi pada aspek *Cognitive reappraisal* yang berada pada kategori tinggi menunjukkan bahwa guru pendamping memiliki pengendalian emosi positif. Terjadinya perubahan kognitif mendorong individu untuk mengubah cara berfikir tentang situasi. Perubahan cara berfikir ini dapat mengubah pengaruh emosi, yang dapat berpotensi akan munculnya emosi sehingga mampu mengubah pengaruh emosi. Aspek *Expressive suppression* lebih berfokus kepada bagaimana individu mampu merubah ekspresi emosi yang timbul ketika individu dalam keadaan emosi

. Gross (1999) menyatakan bahwa regulasi emosi dapat mempengaruhi tingkat emosi positif atau negatif yang akan membentuk regulasi emosi secara jelas dalam kesehatan fisik dan fisiologis. Guru pendamping menghadapi anak-anak luar biasa sering mengalami kesulitan ketika menghadapi perilaku dan emosi dari anak-anak didiknya. Hal ini menyebabkan kondisi fisik yang melelahkan. Guru pendamping yang memiliki regulasi emosi yang tinggi, ketika merasa lelah guru tersebut masih bisa meregulasi emosinya karena guru dengan regulasi emosi tinggi mampu berpikir positif yaitu aktivitas

berpikir yang dilakukan dengan tujuan untuk membangun dan membangkitkan aspek positif pada diri individu, baik yang berupa potensi, semangat, tekad maupun keyakinan diri (Arifin, 2011). Selain itu guru tersebut memiliki fungsi dari religiusitas yang mempunyai fungsi edukatif, yaitu ajaran agama yang memberikan ajaran-ajaran yang harus dipatuhi. Dalam hal ini bersifat menyuruh dan melarang agar pribadi penganutnya menjadi baik dan terbiasa dengan hal baik. Menurut Vorgote religiusitas adalah perilaku yang tahu dan mau dengan sadar menerima dan menyetujui nilai-nilai yang diwariskan kepadanya oleh agama dan yang dijadikan miliknya sendiri berdasarkan iman, kepercayaan yang diwujudkan dalam perilaku sehari-hari. Sedangkan guru pendamping dengan regulasi emosi yang rendah cenderung tidak bisa meregulasikan emosinya sehingga memunculkan pikiran negative yang mengarah pada pikiran yang tidak realistik, kesalahan berpikir, pikiran mengalahkan diri, disfungsi asumsi (Beck & Weishaar, 2008). Selain itu guru tersebut juga akan mengalami emosi negatif.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian bahwa regulasi emosi guru pendamping anak kebutuhan khusus (ABK) di sekolah inklusi memiliki regulasi emosi yang rendah. Hasil analisis rendah diukur berdasarkan indikator *Cognitive reappraisal* guru tidak mampu berfikir positif. Sedangkan *Exresion reappraisal* masuk dalam

kategori rendah yang berarti tidak mampu merubah ekspresi emosi yang positif keluar ketika individu dalam keadaan emosional.

## **2. Saran**

Berdasarkan pada hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

### **1. Bagi peneliti selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya untuk menggali regulasi emosi yang mendalam tentang guru pendamping agar dapat lebih memahami proses terjadinya regulasi emosi dan lebih memperoleh gambaran aspek-aspek regulasi

### **2. Bagi Pihak Sekolah**

Pihak sekolah dapat memperkenalkan bentuk-bentuk kegiatan pelatihan yang dapat meningkatkan kemampuan guru pendamping tentang regulasi emosi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustien, Entin. 2013. *Psikologi Belajar*. Jakarta : Rineka Cipta
- Andriani, Elvi. 2006 Masalah Emosi Dan Perilaku Pada Anak Yang Menderita Hipotiroid Congenita. *Jurnal USU*. Volume 4 No.4
- Asri. Budiningsih. 2012. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Alfabeta
- Berk, Laura. 2004. *Child Development*, Sixth Edition, USA: Allyn and Bacon
- Bracket, M. A., Palomera, R., Kaja, J. M., Reyes, M. R., dan Salovey, P. 2010. Emotion-Regulation Ability, Burnout, And Job Satisfaction Among British Secondary-School Teachers. *Psychology in the schools*, Vol 47(4)
- Fitriyani, Ruri. 2015. *Keterampilan Psikologis Model BK "Proaktif"-R Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Guru SD*. *PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami* Vol. 1 No. 1 (2015) 71-86
- Graziano, P. A., Reavis, R. D., Keane, S. P., Calkins, S. D. 2007. The Role of Emotion Regulation In Children's Early Academic Success. *Journal of school psychology*. 45(1), 3-19
- Gross, J. J. 1999. Emotion Regulation: Past, Present, Future. *Journal of Cognition and Emotion*. 13, 5, 551-573
- Gross, JJ, dan John, O.P. 2003. Individual Differences In Two Emotion Regulation Processes: Implications For Affect, Relationships And Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, No. 2, 348-362.

Hamre, B. K., dan Pianta, R. C. 2005. Can instructional and emotional support in the first-grade classroom make a difference for children at risk of school failure? *Child Development*, 76(5), 949e967.

Konstiuk dan Fouts. 2002. *Understanding of Emotions And Emotion Regulation In Adolescent Females With Conduct Problem : A Qualitative Analysis. The qualitative reports*, 7 (1).  
<http://www.nova.edu.ssss.QR/QR1/Konstiuk.html>

Kunandar.2009. *Guru Professional*. Jakarta: Rajawali Pers:

Mangunsong, F. 2009. *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid I*. Jakarta: Erlangga

Ramadhani, M. T. 2012. Peran Guru Pembimbing Khusus (GPK) dalam Upaya Meningkatkan Pelayanan Pendidikan Anak Berkebutuhan kHhusus pada Sekolah Dasar Inklusi. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan Universitas Sebelas Maret

Sagala, S. 2009. *Kemampuan Profesional Guru dan Tenaga Kependidikan*. Bandung:

Snyder, 2006. *Development Through Life, A Psychosocial. Approach*, Ninth Edition.

Suran,S.G and Rizzo J. 1979, *Being Deaf: The Experience of Deafnes*. London

Syahadat. 2012. *Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Anak. Jurnal UAD*. Volume 2. No.1

Wardhani, D. T. 2012. Burnout di Kalangan Guru Pendidikan Luar Biasa di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 11. No. 1. (73-82)





## **IDENTITAS PENELITIAN**

Nama : Elvira Puspita Sari

Alamat : Jl. Letjen Suprpto gang 10, kel. kebonsari, kec. Sumbersari Jember

No. HP : 082340717666

