



STUDI FENOMENOLOGI: COPING STRESS GURU PENDAMPING KHUSUS DI SEKOLAH KRISTEN KALAM KUDUS PONTIANAK

PHENOMENOLOGICAL STUDY: STRESS COOPING OF SPECIAL TEACHER AT KALAM KUDUS CHRISTIAN SCHOOL, PONTIANAK

Desi Kristiani Sitio¹, Ahmad Muhammad Diponegoro²

Universitas Ahmad Dahlan

Email: desikris.dks@gmail.com¹, yatadabbaru@gmail.com²

ABSTRAK

Guru pendamping anak berkebutuhan khusus memiliki pemrosesan pembelajaran berpusat pada siswa, sangat besar tanggung jawab dan memiliki tekanan kerja yang tinggi. Tekanan dan beban tanggung jawab guru pendamping khusus dalam profesi berpotensi menjadi pemicu stres. Tujuan penelitian ingin mengetahui coping stress pada guru pendamping khusus di Sekolah Kristen Kalam Kudus Pontianak. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. pengambilan data akan dilakukan dengan wawancara dan observasi, dan analisis data menggunakan analisis isi. Hasil penelitian menunjukkan subjek penelitian menggunakan emotion focused coping lebih banyak dibanding dengan problem focused coping untuk mengurangi tingkat stres.

Kata Kunci: Coping Stres, Guru pendamping khusus, anak berkebutuhan khusus.

ABSTRACT

Teachers accompanying children with special needs have student-centered learning processes, are very responsible and have high work pressure. The pressure and burden of responsibility for special companion teachers in the profession has the potential to trigger stress. The aim of the study was to find out coping stress on special accompanying teachers at the Kalam Kudus Christian School, Pontianak. This study uses qualitative methods with a phenomenological approach. The method used in this research is qualitative research with a phenomenological approach. data collection will be done by interview and observation, and data analysis using content analysis. The results showed that research subjects used more emotion focused coping than problem focused coping to reduce stress levels.

Keywords: Stress Coping, special tutor, children with spesial needs.

PENDAHULUAN

Menurut (Wardani, 2016) ABK merupakan anak yang memiliki penyimpangan dari anak normal, yang bersifat fisik, emosional, sosial, bakat atau kecerdasan istimewa. Keistimewaan mereka terletak pada kategori kebutuhan mereka yang berbeda-beda, seperti anak yang mengalami gangguan belajar, anak yang mengalami gangguan perilaku, anak berbakat, anak dengan gangguan kesehatan, anak dengan keterbatasan fisik dan intelektual, pendapat lainnya menurut (Satriawati, 2020) ABK

adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda pada umumnya, tanpa selalu menunjukkan ketidakmampuan mental, emosi, atau fisik. Karakteristik khusus yang dimiliki ABK memerlukan bentuk pelayanan pendidikan khusus yang menyesuaikan dengan kemampuan dan potensi anak. Pendidikan khusus itu sendiri merupakan sebuah instruksi yang didesain khusus untuk memenuhi kebutuhan dari ABK contohnya sekolah luar biasa, sekolah inklusi, kelas kunjungan, kelas bimbingan, sekolah reguler pada tingkat dasar hingga menengah atas.



Guru pendamping khusus disingkat GPK merupakan guru yang memiliki pengetahuan dan keahlian dalam tentang anak kebutuhan khusus dan mempunyai tugas membantu dan bekerjasama dengan guru sekolah dalam menciptakan pembelajaran yang inklusi (Yuwono & Andi, 2017). GPK memiliki fungsi melaksanakan tugas untuk membantu guru utama mendampingi tugas pokok dan fungsi guru mulai dari perencanaan sampai (Marwiyati & Kinasih, 2022). Selain itu, GPK tidak hanya bertindak sebagai pendamping, keberadaan mereka memahami kondisi anak dan mengamati perkembangan anak setiap harinya serta memantau perkembangan anak di rumah (Qiftiyah & Calista, 2021). Tugas seorang GPK sangatlah komplit, selain menjadi guru sumber, guru kunjung, dan guru konsultan ((Wardani, 2016). Tugas lainnya profesi GPK yaitu ketika siswa yang dibimbing sedang tantrum, mereka harus siap menerima amukan, pukulan, teriakan, cakaran, dan hal lain-lain yang dapat membuat ketidaknyamanan (Tarmizi, 2020). Beban tanggung jawab yang berat menjadi GPK menjadi pemicu stress, jika tingkat stress semakin tinggi dan tidak diregulasi dengan baik, kondisi stress dapat berlanjut dengan tanpa sebuah penyelesaian sehingga guru memiliki potensi untuk melakukan kekerasan baik secara fisik maupun verbal (Nugroho & Khasan, 2016). Bekasi Barat (13/2/2019) terjadi kasus penganiayaan seorang ABK kelas 3 SD oleh wali kelasnya sendiri hingga mengalami lebam di bagian kaki kanan dan kiri. Penganiayaan tersebut diakibatkan karena tendangan dan cubitan oleh wali kelas di sekolah inklusi tersebut, namun sayangnya pihak sekolah atau wali kelas tersebut tidak mengkarifikasi bahkan menutupi perbuatan yang telah dilakukan (Pahrevi, 2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres yaitu

perilaku siswa, tuntutan kerja, dukungan institusi, harapan keluarga, dan bahan ajar. Sehubungan dengan stress kerja maka stress tersebut harus diregulasi dengan coping stress (Laya dkk., 2022) Perlunya sistem regulasi yang baik untuk meminimalkan hal-hal tersebut terjadi agar kedepannya tidak menimbulkan hal yang kurang baik dalam proses pendidikan anak berkebutuhan khusus (Ekawanti & Mulyana, 2016).

TINJAUAN PUSTAKA

Coping yaitu proses kegiatan negatif dan positif untuk mengurangi tingkat stress seorang individu (Maryam, 2017). Selain itu, coping stres merupakan respon individu yang untuk mengatasi masalah sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan untuk metolerir, mengontrol dan mengurangi efek negatif dari situasi tertekan yang dihadapi (Lubis dkk., 2015). Tujuan dari coping stress yaitu menyelesaikan berbagai masalah dan mengatasi situasi serta tuntutan yang menekan, membebani, menantang seseorang (Andriyani, 2019). Manfaat khusus dalam penelitian ini membantu guru pendamping khusus untuk mengetahui cara-cara untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah. Menurut (Lazarus, 2006) strategi coping dibagi menjadi 2 jenis yaitu emotional focused coping dan problem focused coping. Emotional focused coping merupakan upaya seseorang mengatasi stress hanya untuk meringankan rasa stress tanpa berusaha mengubah keadaan atau masalah yang dihadapinya, biasanya bentuk penanganan emosi lebih menekan emosi negatif. Jenis kedua, problem focused coping merupakan usaha pengurangan stress dengan bentuk mempelajari kemampuan dan keterampilan untuk menghadapi dan memecahkan masalah stress. Pada emotional focused coping,



terdapat beberapa bentuk dari coping stress sebagai berikut:

- a. *seeking social emotional suport* (mencari dukungan sosial) usaha mencari atau mendapatkan dukungan sosial dan moral dari orang lain.
- b. *distancing* (menjauhkan diri) merupakan upaya menjauhkan diri atau berusaha tidak melibatkan diri dari masalah dengan bentuk pikiran bahwa hal tersebut akan selesai sendiri atau menjadikan masalah hanya sekedar lelucon atau menciptakan pandangan yang positif.
- c. *escape avoidance* (pelarian diri dari masalah) merupakan bentuk emosi negatif dengan menghindari diri dan bereaksi berhayal situasi yang menyenangkan contohnya dengan tidur atau menggunakan alkohol.
- d. *self control* (pengendalian diri) merupakan rasa pengendalian diri atau usaha-usaha untuk mengatur perasaan dan tindakan untuk menyelesaikan masalah.
- e. *accepting responbility* (tanggung jawab) yaitu usaha-usaha untuk mengakui peran diri dalam masalah yang dihadapi dan mencari solusi sebuah masalah dengan benar dan efektif.
- f. *positive reappraisal* (penilaian positif) yaitu reaksi yang menciptakan makna positif dengan memusatkan pengembangan diri yang melibatkan hal-hal bersifat religius.

Pada *problem focused coping* jenis ini meliputi beberapa bentuk coping, sebagai berikut:

- a. *Seeking information support* yaitu usaha menggali lebih banyak informasi tentang masalah yang dihadapi dan mencari dukungan dari pihak luar.

- b. *Confrontive coping* merupakan strategi dengan cara konkret atau mengubah situasi dengan mengambil resiko.
- c. *Planfull problem* merupakan strategi analisa masalah untuk memecahkan situasi dan mencari solusi permasalahan.

Berdasarkan penjelasan di atas mengenai coping stress, tujuan penelitian untuk mengetahui coping stress GPK di Sekolah Kristen Kalam Kudus dengan melihat cara kemampuan diri untuk dalam mengatasi, meringankan, dan menanggulangi situasi kesulitan dan tekanan kehidupan yang dialami oleh GPK.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan fenomenologi membantu dalam mendeskripsikan, menginterpretasi dan membentangkan pemahaman suatu pengalaman dan refleksi diri dari peristiwa yang dialami seseorang sehingga mendapatkan esensi yang bernilai dari pengalaman tersebut (Creswell, 2014), sehingga membantu peneliti dalam mengerti dan menginterpretasi makna dari dibalik peristiwa ini akan memberikan gambaran fenomena pendidikan dan budaya multi kultural yang terjadi pada GPK melalui strategi coping stress di Sekolah Kristen Kalam Kudus Pontianak, dengan cara mengembangkan pandangan moral, pola pikir melalui penyajian data deskriptif kualitatif secara sistematis, empiris dan kritis.

Subjek penelitian yaitu GPK yang bekerja Sekolah Kristen Kalam Kudus Pontianak. Peneliti menentukan jumlah subjek sebanyak 5 orang dan karakteristik yang ditentukan, sebagai berikut: 1) GPK yang telah bekerja minimal selama 6 bulan, 2) telah menangani anak kebutuhan khusus



minimal selama 6 bulan, 3) GPK harus seorang wanita. Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan adalah purposive sampling. Teknik purposive sampling adalah mengidentifikasi subjek berdasarkan kriteria yang dipilih dengan secara spesifik sehubungan dalam dengan objek penelitian dan subjek dapat dipercaya sebagai sumber data dalam penelitian (Rahadi, 2020).

Sebelum melakukan penelitian, peneliti memberikan informed consent yaitu lembar persetujuan kepada subjek penelitian untuk menyatakan bersedia atau tidak menjadi subjek penelitian. Informed consent berbentuk formulir persetujuan dan informasi terkait penelitian akan dibaca, dibahas, dan ditanda tangani oleh pihak yang bersangkutan sebelum melakukan pengambilan data dilakukan. Peneliti juga menjelaskan manfaat, tujuan, prosedur, dan dampak dari penelitian yang akan dilakukan juga meminta persetujuan untuk penelitian ini diperoleh dari ketua yayasan, kepala sekolah dan GPK yang mengajar di Sekolah Kristen Kalam Kudus Pontianak.

Pengumpulan data menggunakan metode observasi dan wawancara.

1. Observasi

Observasi kualitatif merupakan kegiatan yang melibatkan seluruh panca indra berdasarkan fakta-fakta di lapangan yang bersifat empiris tanpa manipulatif (Hasanah, 2016) Tahapan observasi dilakukan untuk memperoleh deskripsi setting penelitian dengan menggambarkan keadaan lapangan sesuai dengan tujuan penelitian dengan aspek-aspek dalam observasi langsung yaitu lokasi wawancara, gambaran subjek, dan waktu wawancara (Sutikno & Hadisaputra, 2020) dengan tujuan untuk mengumpulkan informasi tambahan yang diperlukan dalam penelitian ini,

terutama untuk memperkuat analisis terhadap wawancara yang telah dilakukan.

2. Wawancara

Wawancara merupakan sebuah proses kerja sama yang baik dari responden dalam pengumpulan data-data sesuai dengan tujuan penelitian (Mita, 2015). Pertukaran informasi secara verbal ketika menggali data primer mengenai pengalaman responden terhadap sebuah fenomena (Bastian dkk., 2018).

Teknik analisis data digunakan dalam analisis kualitatif menjadi dasar pemeriksaan keabsahan data berdasarkan kepercayaan, kepastian, keteralihan dan kebergantungan (Rijali, 2018). Langkah analisis data dengan reduksi data yaitu proses merangkum data-data yang dikumpulkan dan mengklasifikasikan data sesuai dengan konsep dan masalah penelitian (Pratiwi, 2017). Selanjutnya penyajian data dengan melakukan analisis lebih dalam pengorganisasian, penyatuan informasi yang akan disimpulkan (Wanto, 2017). Bentuk penyajian data berupa teks naratif berupa catatan lapangan, bagan, grafik, dan matrik (Rijali, 2018). Terakhir yaitu penarikan kesimpulan pada proses ini, peneliti menarik kesimpulan secara rinci dan mengakar berdasarkan proses data yang sudah dikumpulkan (Harahap, 2021).

Ada empat jenis kepercayaan penelitian yaitu *credibility*, *dependability*, *transferability*, dan *confirmability*. *Credibility*, kredibilitas dicapai melalui pendekatan awal peneliti kepada subjek untuk mengetahui secara spesifik latar belakang subjek, konfirmasi data dan analisis untuk menghindari kesalahpahaman terhadap subjek, megubah data mentah menjadi verbatim yang dapat dipertanggungjawabkan secara rasional, valid, dan peneliti tidak melakukan intervensi ataupun eksperimen



kepada subjek sehingga penelitian ini dilakukan secara alamiah (Dewayanti, 2013). *Dependability* menggunakan konsep saat menginterpretasi dalam sebuah tarikan kesimpulan dengan demikian dapat disimpulkan, keyakinan hasil analisis bukan sekedar subjektif dari peneliti namun juga dikonfirmasi oleh informan (Rahadi, 2020). *Transferability* merupakan konsep generalisasi data yang menunjukkan ketepatan hasil penelitian yang dapat diterapkan pada konteks dan situasi sosial yang lain (Mekarisce, 2020). Hasil penelitian itu di uji dengan nilai transfer dengan melaporan hasil penelitian yang menguraikan dan menggambarkan secara jelas, sistematis, rinci dan terpercaya (Nurjanah, 2015). *Comfirmability* merupakan konsep inter subjektivitas (konsep transparansi) yang merupakan langkah peneliti mengungkapkan dan megkonfirmasi kepada publik tentang proses dan hasil penelitian (Mekarisce, 2020). Uji conformability dan uji dependability biasanya dilakukan bersamaan, untuk mengaitkan hasil penelitian berdasarkan standar proses dan hasil penelitian yang telah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan analisis ditemukan hasil GPK menggunakan coping emotion focused coping dan problem focused coping sebagai upaya untuk meringankan stress dan ditemukan dua faktor yang mempengaruhi coping yaitu dukungan lingkungan dan semangat kerja.

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian, didapatkan beberapa hasil yaitu:

Emotion Focused Coping

1. *Seeking sosial suport*

Subjek memilih mencari atau

mendapatkan dukungan sosial dan moral dari orang lain dari sesama rekan kerja, keluarga maupun dari teman. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sapardo, 2019) menunjukkan bahwa subjek membutuhkan dukungan sosial dengan menjalin hubungan yang positif dengan sesama teman dalam kelompok. Penelitian serupa juga dilakukan oleh (Sefrina & Latipun, 2016) subjek memilih dukungan dari lingkungan keluarga dalam pengelolaan stress. Bentuk dukungan dari keluarga dengan menghabiskan waktu bersama-sama, dan saling bahu membahu melakukan kerja sama dengan anggota keluarga dalam pemecahan suatu penyelesaian masalah maka menjadi keluarga yang berhasil.

2. *Distancing*

Subjek penelitian ini memilih upaya menjauhkan diri atau tidak melibatkan diri dari masalah dengan bentuk berdiam diri dengan berfikir masalah ini akan berlalu dan meminimalkan kecemasan yang berlarut-larut dan berpikir menciptakan pandangan positif. Sejalan dengan itu penelitian oleh (Azmy dkk., 2017) menunjukkan perlunya respons emosional yang dimaksudkan dalam bentuk berusaha usaha menghindari masalah bukan terfokus pada penyelesaian masalah tapi bagaimana masalah tersebut dihindari. penelitian lainnya (Laudza & Dinardinata, 2019) melakukan upaya dengan cara menciptakan pandangan positif dengan menggunakan humor untuk meringankan stress dan menghibur perasaan diri sendiri.

3. *Escape avoidance*

Hasil penelitian ini, subjek memiliki upaya dalam pelarian diri bentuk emosi



negatif dengan menghindari diri seperti mengomel kepada orang lain secara berlebihan, menangis sebagai ekspresi peluapan emosi, dengan makan-makanan yang pedas secara berlebihan dan melakukan hobi atau jalan-jalan wisata rekreasi yang memberikan dampak penyegaran. Penelitian oleh (Mufidatun, 2017) cara karyawan mengatasi stres yang dirasakan strategi coping dalam meminimalisasi stres kerja karyawan dengan minialization atau meringankan beban dengan cara menolak memikirkan masalah tersebut dan menganggap seolah-olah masalah tersebut tidak ada dan liburan dianggap mampu mengurangi stress kerja yang dialami oleh karyawan di tempat kerja. Penelitian lainnya oleh (Sholehah dkk., 2022) dengan memanfaatkan media sosial untuk mengontrol stressor yang dimilikinya. TikTok dapat membuat penggunaanya bisa melihat berbagai macam video menarik dan bahkan bisa membuatnya sendiri serta mengekspresikan diri nya.

4. *Self control*

Subjek penelitian ini memiliki cara masing-masing dalam mengontrol diri dengan menarik diri sejenak berusaha menjaga emosinya, mengontrol diri lainnya menyeimbangkan dan meregulasi emosi yang masuk dan keluar. Menurut (Yahdinil, 2015)pendendalian diri dengan dua model yaitu model katarsis dan model kognisi. Model katarsis dengan pelampiasan marah yang meledak-ledak dan model kognitif dengan cara melihat masalah dari aspek positifnya dan mencoba menyingkirkan sisi-sisi negatifnya. Cara kontrol diri lainnya dengan olahraga contohnya pencak silat dapat membantu mengendalikan emosi, tidak terpengaruh dan tetap berfikir

dengan baik (Kusworo, 2021).

5. *Accepting responsibility*

Subjek penelitian ini memilih tanggung jawab mengakui peran diri sebagai GPK dan WM memilih untuk menerima keadaan ABK seutuhnya dalam keterbatasan yang dimiliki dan berusaha bertanggung jawab dengan mengambil hikmah dari masalah yang dihadapi. Penelitian oleh (Putu D M M & Made A W, 2020) mengurangi tingkat stress dan mengelola stress dengan *subjective well being* berpikir peran diri dan menyadari bahwa hidup akan terus berjalan serta harus bangkit untuk memenuhi kewajibannya. Upaya lainnya dengan komitmen terhadap perubahan dan kepuasan kerja pada pengembangan dan perubahan organisasi menghasilkan kinerja para karyawan semakin lebih tinggi terfokus pada masalah dan melakukan tindakan langsung untuk mengubah situasi (Sugita dkk., 2013).

6. *Positive reappraisal*

Subjek penelitian ini menciptakan makna positif dengan mengedepankan Tuhan dengan cara bernyanyi dan mendengar lagu selain itu, berbicara kepada Tuhan, membangun hubungan baik kepada Tuhan melalui doa dan evaluasi perbuatan diri. Menurut (Purnama Rahmad, 2017) reaksi melakukan coping ini dengan dengan usaha bertawakal kepada Allah SWT mengenai hasil dari semua usaha yang telah dilakukan itu. Percaya bahwa Allah menghendaki manusia sebagai makhluk-Nya mau berharap secara total kepada-Nya sebagai bukti ketundukan. Upaya lainnya dengan memiliki tingkat sprituallitas dan resiliensi yang tinggi. dengan tingkat spiritualitas yang tinggi juga memiliki tingkat resiliensi yang membantu perubahan untuk kehidupan



mereka (Ummul, 2019).

Problem Focused Coping

1. Seeking information suport

Subjek memilih untuk menggali usaha dengan teknologi internet, cara lain dengan pengalaman, pengetahuan, dan keterampilan dari pihak keluarga maupun yayasan sekolah untuk meningkatkan kualitas kinerja. Hasil penelitian oleh (Mulati dkk., 2022) dengan curhat dan melakukan konsultasi tentang masalah yang dihadapi dengan layanan curhat online, cukup berhasil menjadi sarana curhat online para pengguna. Cara lainnya menunjukkan mencari informasi dan solusi masalahnya di media. Melalui pemanfaatan media sosial sebagai coping stress, memiliki praktik yang baik untuk remaja memanfaatkan dengan baik dan benar karena penggunaan media sosial sebagai bentuk strategi coping untuk menjauh, menghindar dan mencari dukungan informasi (Husodo dkk., 2021).

2. Confrontive coping

Hasil penelitian ini memakai strategi dengan melakukan dan melatih kepekaan diri ABK, strategi untuk merubah perilaku dan strategi untuk meminimalkan resiko dan durasi saat tantrum dengan metode hitungan. Penelitian lainnya (Sawitri & Widiasavitri, 2021) melakukan keputusan yang dibuat untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi yang meliputi konsep diri dan keinginan diri

sendiri. Penelitian lainnya (Ruliansyah, 2015) dengan menyusun strategi penerapan metode *expressive writing* menunjukkan peningkatan kesehatan baik mental maupun fisik pada orang bagi siswa dalam upaya menyediakan mekanisme megatasi tekanan hidup dan masalahnya.

3. Planfull problem

Hasil penelitian memakai usaha melakukan perencanaan dengan memberikan pilihan kepada ABK, melakukan analisa masalah dan melakukan stimulasi serta analisis masalah berdasarkan gejala gangguan perkembangan. Hasil penelitian lainnya (Ruliansyah, 2015) dengan perencanaan keterampilan pemecahan masalah dapat membantu subjek dalam memenuhi kebutuhan dasar meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai. Sejalan dengan itu, penelitian lainnya oleh (Sutarsih & Nurrohmi, 2022) perencanaan yang mereka pernah lakukan yaitu dengan meminta kepada pihak sekolah untuk memberikan guru pendamping agar memudahkan para guru dalam mengajar di dalam kelas, mereka berharap dengan adanya guru pendamping dapat mengurangi tingkat stress mereka.

Tabel 1. Kategorisasi Seluruh Partisipan

Tema	Sub tema	AD	AP	WM	HF	ME	AA
Emotion focused coping	Seeking social emotional suport	√	√	√	√	√	√
	Distancing					√	√



Tema	Sub tema	AD	AP	WM	HF	ME	AA
	Escape avoidance	√	√	√	√	√	√
	Self control				√	√	√
	Accepting responsibility	√	√	√	√	√	√
	Positive reappraisal	√		√	√	√	√
Problem focused coping	Seeking information support	√	√	√	√	√	√
	Confrontive coping	√	√	√	√	√	√
	Planfull problem coping	√		√			√
Faktor yang mempengaruhi coping	Dukungan lingkungan	√	√	√	√	√	√
	Semangat kerja			√	√		√

Faktor yang mempengaruhi coping stress

Subjek mendapat dukungan dari lingkungan melalui penerimaan baik dengan bentuk kolaborasi dan mendapat dukungan lingkungan sekolah yang berperan sebagai keluarga yang memberikan kenyamanan dan tempat pembentukan karakter dan moral yang baik oleh (Linayaningsih, 2015) menunjukkan hasil lingkungan sosial di sekolahnya menjawab kebutuhan siswa dengan saling berbagi dan berkolaborasi untuk kelestarian hidup. Hasil penelitian lainnya oleh (Frabandani dkk., 2014) menunjukkan hasil bahwa lingkungan sekolah berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap kemampuan beradaptasi subjek dan memberikan berpengaruh positif dan signifikan terhadap hasil kemampuan subjek secara signifikan terhadap kemampuan beradaptasi subjek sehingga mampu meringankan masalah-masalah yang dihadapi subjek.

Subjek penelitian ini memiliki hasil semangat kerja menjadi faktor yang mempengaruhi untuk bersemangat kerja dengan meningkatkan tekad dan motivasi diri dalam bekerja untuk meningkatkan integritas

dan komitmen dalam mendidik. Penelitian oleh (Ainan & Coralia, 2016) menunjukkan hasil bahwa semangat kerja membantu menuntaskan masalah dengan menciptakan sinergi komunikasi yang efektif membahas jalan keluarnya masalah terhadap stres pada subjek. Hasil penelitian oleh (Sakiman, 2019) dari semangat kerja, meningkatkan kinerja subjek. Guru berusaha memaksimalkan kerja mereka untuk mendapatkan hasil yang terbaik karena memiliki aspek-aspek dari motivasi kerja adalah : adanya kedisiplinan karyawan, imajinasi yang tinggi dan daya kombinasi, kepercayaan diri, daya tahan terhadap tekanan, tanggung jawab dalam melakukan pekerjaan, tingkat usaha, tingkat kegigihan, keinginan, kebutuhan, rasa aman pembahasan Kategorisasi Seluruh Partisipan.

SIMPULAN

Penelitian ini merupakan upaya dalam mengeksplorasi coping stress dan faktor-faktor yang mempengaruhi GPK perlu melakukan coping stress dalam menjalani

Stress yang dialami GPK diwujudkan dari berbagai pemicu secara psikologi dan fisiologis. Dampak dari stress tersebut



mempengaruhi GPK secara perilaku, kondisi mental, dan kondisi kesehatan fisik. Coping dari enam subjek menggunakan gambaran coping stress bentuk *emotion focused coping* yaitu *seeking social emotional support*, *escape avoidance*, dan *accepting responsibility* yang berpengaruh dalam menghadapi masalahnya dan sebaliknya enam subjek juga menggunakan gambaran coping stress bentuk *problem focused coping* yaitu *seeking information support* dan *confrontive coping* yang berpengaruh dalam menghadapi masalahnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keenam partisipan cenderung dominan menggunakan *emotion focused coping* dalam mengurangi tingkat stress yang dialami sesuai dengan teori (Lazarus, 2006) dan faktor yang menjadi pengaruh coping stress penelitian ini yaitu dukungan lingkungan dan semangat kerja mempengaruhi coping stress dalam meringankan beban stress subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainan, P. L., & Coralia, F. (2016). Hubungan Antara Hardiness Dengan Coping Stress Pada Guru Sekolah Inklusi Di SDN putraco indah Bandung. *Prosiding Psikologi*, 2(1), 311–316. <http://repository.unisba.ac.id/handle/123456789/5639>.
- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *Jurnal At-Taujih*, 2(2), 37–55. <http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>.
- Bastian, I., Winardi, R. D., & Dewi Fatmawati. (2018). Metoda wawancara dan teknik analisis data. Universitas Gajah Mada. https://www.researchgate.net/publication/331556677_metoda_wawancara.
- Creswell, J. W. (2014). *Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications, Inc. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>.
- Dewayanti, E. W. (2013). Gambaran penyesuaian diri guru non pendidikan luar biasa yang mengajar siswa slb-b (skripsi thesis, Yogyakarta, Indonesia) [Universitas Sanata Dharma]. <http://repository.usd.ac.id/id/eprint/8590>.
- Ekawanti, S., & Mulyana, O. P. (2016). Regulasi Diri dengan Burnout pada Guru. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 6(2), 113–118. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jppt.v6n2.p113-118>.
- Frabandani, R. A., Agus W R, & Santoso T R. (2014). Pekerjaan Sosial Sekolah Dan Coping Behavior Siswa Sma Dalam Menghadapi Lingkungan Sosial Di Sekolah. *Jurnal Sosial Kerja*, 4(2), 145–153. <http://jurnal.unpad.ac.id/share/article/view/13074/5959>.
- Harahap, M. N. (2021). Analisis data penelitian kualitatif model Miles dan Huberman. *Jurnal Manhaj*, 18(1), 2463–2653. <https://jurnal.staiuisu.ac.id/index.php/manhaj/article/view/5>.
- Hasanah, H. (2016). Teknik-teknik observasi. *Jurnal At-Taqaddum*, 8(1), 21–46. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>.
- Husodo, B. T., Amelia, F. D. T., & Handayani, N. (2021). Strategi Coping Stress Melalui Media Sosial pada Remaja di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(5), 327–333.



- <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.5.327-333>.
- Kusworo, H. M. (2021). Pengendalian Diri Remaja Melalui Kegiatan Pencak Silat Siswa Di Mtsn 6 Ponorogo. *Jurnal Rosyada: Islamic Guidance and Counseling*, 2(2), 161–174. <http://etheses.iainponorogo.ac.id/id/eprint/12089>.
- Laya, S., Baba, M. A., & Aisa, S. (2022). Regulasi Diri dan Coping Stess Pada Siswa. *Journal of Behavior and Mental Health*, 3(2), 122–132. <https://doi.org/10.30984/jiva.v3i2.2215>.
- Lazarus, R. S. (2006). *Stress and Emotion a new synthesis* (Song helen, Ed.). Springer Publishing Company. <https://vdoc.pub/download/stress-and-emotion-a-new-synthesis-7i9rc86rh6i0>.
- Linayaningsih, F. (2015). Strategi Coping Pada Guru SLB Dalam Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus. *Seminar Nasional Educational Wellbeing*, 152–162. https://eprints.umk.ac.id/4904/13/Full_ProSIDing_Semnas_Psi_UMK_2015_153-165.pdf.
- Lubis, R., Irma, N. H., Wulandari, R., Siregar, K., Tanjung, N. A., Wati, T. A., N, M. P., & Syahfitri, D. (2015). Coping stress pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Diversita*, 1(2), 48–57. <https://ojs.uma.ac.id/index.php/diversita/article/view/494/339>.
- Marwiyati, S., & Kinasih, A. S. (2022). Shadow teacher dalam proses pembelajaran anak usia dini di lembaga raudlatul athfal. *Journal of Early Childhood and Character Education*, 2(1), 30–46. <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/joeccc>.
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping : Teori Dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1, 101–107. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>.
- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(33), 145–151. <https://doi.org/Doi:10.52022/JIKM.V12I3.102>.
- Mita, R. (2015). Wawancara sebuah interaksi komunikasi dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Ilmu Budaya*, 11(2), 71–79. <https://doi.org/10.31849/jib.v11i2.1099>.
- Mufidatun, K. (2017). Strategi Coping Dalam Meminimalisasi Stres Kerja Karyawan Di Bmt Mubarakah Kudus [Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus]. <http://repository.iainkudus.ac.id/id/eprint/2510>.
- Nugroho, Y. J. D., & Khasan, M. (2016). Coping Stress Strategy Pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Psikohumanika*, VIII(2), 106–127. <https://doi.org/https://doi.org/10.31001/j.psi.v8i2.345>.
- Nurjanah, S. S. (2015). Analisis beban kerja dan kebutuhan pegawai di balai pendidikan dan pelatihan iv kementerian pekerjaan umum dan perumahan rakyat (skripsi thesis, Yogyakarta, Indonesia) [Universitas Pendidikan Indonesia]. <http://repository.upi.edu/18685/>.
- Pahrevi. (2019). Seorang Anak Berkebutuhan Khusus Diduga Dianiaya Guru di



- Bekasi.
<https://megapolitan.kompas.com/read/2019/02/12/16100441/seorang-anak-berkebutuhan-khusus-diduga-dianiaya-guru-di-bekasi>.
- Pratiwi, N. I. (2017). Penggunaan media video call dalam teknologi komunikasi. *Jurnal Ilmiah DInamika Sosial*, 1(2), 203–224.
<https://www.semanticscholar.org/paper/penggunaan-media-video-call-dalam-teknologi-pratiwi/869d36d7aa4538b537a0fb69d4466a25b0367f4b>.
- Putu D M M, N., & Made A W, N. (2020). Strategi Coping untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Single Mother di Bali. *Journal of Psychology and Humanities*, 1(1), 22–28.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24843/widyacakra.2020.v1.i1.p69191>.
- Qiftiyah, M., & Calista, W. (2021). Shadow teacher for special needs students : case study class vi taman muda ibu pawiyatan Yogyakarta. *EduHumaniora*, 13(1), 26–35.
<https://doi.org/10.17509/eh.v13i1.26273>.
- Rahadi, D. R. (2020). Konsep penelitian kualitatif, plus tutorial nvivo (1st ed.). PT. Filda Fikrindo.
<https://www.researchgate.net/publication/354521963>.
- Rijali, A. (2018). Analisis data kualitatif. *Jurnal Alhadharah*, 17(33), 81–95.
<https://doi.org/https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>.
- Ruliansyah, R. (2015). Meningkatkan Strategi Coping Melalui Metode Expressive Writing Dan Focus Group Discussion Pada Siswa Kelas Xi Ipa 4 Sma Negeri 7 Yogyakarta [Universitas Negeri Yogyakarta].
<http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/26844>.
- Satriawati. (2020). Pendidikan Inklusi. Yayasan Barcode.
https://www.academia.edu/66601502/BUKU_PENDIDIKAN_INKLUSI.
- Sawitri, A. R., & Widiasavitri, P. N. (2021). Strategi Coping Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Tengah Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 78.
<https://doi.org/10.24843/jpu.2021.v08.i01.p08>.
- Sefrina, F., & Latipun. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Keberfungsian Sosial Pada Pasien Skizofrenia Rawat Jalan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2), 140–161.
<https://doi.org/https://doi.org/10.35874/jkp.v19i2.918>.
- Sutarsih, P., & Nurrohmi. (2022). Coping Strategy Lanjut Usia Dalam Memenuhi Kebutuhan Dasar Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial (Rehsos)*, 4(2), 110–118.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31595/rehsos.v4i2.708>.
- Sutikno, M. S., & Hadisaputra, P. (2020). Penelitian kualitatif: Metode penelitian kualitatif (1st ed.). Holistica.
https://www.researchgate.net/publication/353587963_penelitian_kualitatif.
- Tarmizi, A. (2020). Strategi shadow teacher dalam membimbing siswa hiperaktif pada sekolah inklusi siswa hiperaktif pada sekolah inklusi di sdn Sumbersari 2 kota Malang (skripsi thesis, Yogyakarta, Indonesia) [Universitas Islam Negeri Maulana



- Malik Ibrahim Malang].
repository.um.ac.id > 3848.
- Wanto, A. H. (2017). Strategi pemerintah Kota Malang dalam meningkatkan kualitas pelayanan publik berbasis konsep smart city. *Journal of Public Sector Innovations*, 2(1), 39–43. <https://doi.org/10.26740/jpsi.v2n1.p39-43>.
- Wardani, I. A. K. (2016). Hakikat Pendidikan Khusus. In *Pengantar Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus* (7th ed., pp. 1–51). Penerbit Universitas Terbuka.
<https://www.scribd.com/document/422968307/PDGK4407-pdf>.
- Yahdinil, F. N. (2015). Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis Tentang Psikologi Manusia). *Jurnal Saintifika Islamica*, 2(1), 53–63. <https://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikaislamica/article/view/284>,
- Yuwono, I., & Andi, A. p. (2017). Problematika guru pendamping khusus di sd n Gadang 2 Banjarmasin. [eprints.ulm.ac.id > 3866](https://eprints.ulm.ac.id/>3866).