Gambaran Regulasi Emosi Pada Guru Pendamping yang Mengalami Stres dalam Proses Interaksi Saat Pendampingan Siswa Inklusi

Chiatha Destalova Azzura¹, Rita Markus Idulfilastri²

^{1,2} Universitas Tarumanagara

e-mail: chiatha.705210374@stu.untar.ac.id¹, ritamarkus@fpsi.untar.ac.id²

Abstrak

Regulasi emosi mengacu pada proses di mana individu memengaruhi emosi mereka, kapan mereka mengatasinya, dan bagaimana mereka mengalami dan mengekspresikan emosinya. Tujuan penelitian ini ingin mengetahui gambaran regulasi emosi pada guru pendamping yang mengalami stres dan bagaimana interaksi mereka bersama anak inklusi. Metode penelitian ini memakai pendekatan studi kasus kualitatif. Peneliti mengambil data dengan wawancara dan kuesioner. Partisipan dalam penelitian ini adalah lima guru pendamping yang bekerja minimal 1 tahun dengan minimal sudah mendampingi dua anak inklusi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hasil yang positif dari gambaran regulasi emosi masing-masing guru pendamping ketika mereka mendampingi anak-anak inklusi yang sangat menguras emosi mereka. Kelima guru pendamping dapat meregulasi emosinya dengan berbagai cara, kesamaan yang bisa mempengaruhi regulasi emosi di lima guru pendamping ini adalah aktivitas sosial yang menghibur, bercerita kepada dan meminta saran dan bantuan dari teman, kerabat dan keluarga, serta bermain dengan anak inklusi yang dapat menghibur guru pendamping. Dengan demikian ditemukan interaksi yang baik dari guru pendamping dan anak inklusi walaupun dalam situasi stres. Dalam kuesioner skala stres dari kelima guru pendamping terdapat stres dengan tingkat sedang. Walaupun dari kelima mengalami stres tetapi dari guru pendamping dapat mengalihkan stres yang mereka alami dengan melakukan penenangan diri dan penyenangan diri.

Kata kunci: *Guru Pendamping, Anak Inklusi, Regulasi Emosi, Stres, Proses Interaksi*

Abstract

Emotion regulation refers to the process by which individuals influence their emotions, when they cope with them, and how they experience and express their emotions. The purpose of this study is to determine the description of emotion regulation in accompanying teachers who experience stress and how they interact with inclusive children. This research method uses a qualitative case study approach. The researcher collected data using interviews and questionnaires. The participants in this study were five assistant teachers who worked for at least 1 year and had assisted at least two inclusion children. The results of this study show that there are positive results from the description of the emotion regulation of each accompanying teacher when they accompany inclusion children who are very draining their emotions. The five accompanying teachers can regulate their emotions in various ways, the similarities that can affect emotional regulation in these five accompanying teachers are entertaining social activities, telling stories to and asking for advice and help from friends, relatives and family, and playing with inclusion children who can entertain the accompanying teachers. Thus, there was good interaction between the mentor teachers and the inclusion children even in stressful situations. In the stress scale questionnaire of the five accompanying teachers, there was a moderate level of stress. Although the five experienced stress, the accompanying teachers were able to divert the stress they experienced by doing self-calming and self-soothing.

Keywords: *Cooperating Teachers, Inclusive Children, Emotion Regulation, Stress, Process of Interaction*

PENDAHULUAN

Hak asasi manusia untuk mendapatkan pendidikan dilindungi dan dijamin sepenuhnya oleh berbagai instrumen hukum nasional dan internasional. (Ilahi, 2016, dalam Dhoka et al., 2023). Salah satu institusi pendidikan formal yang memiliki peran yang sangat penting adalah sekolah (Dhoka et al., 2023). Sekolah tidak hanya penting bagi anak-anak biasa, tetapi juga bermanfaat bagi anak-anak berkebutuhan khusus yang mengalami kesulitan dan keterbatasan dalam interaksi sosial (Dhoka et al., 2023). Salah satunya adalah pendidikan inklusi telah berkembang dari sistem segregasi, di mana anak-anak dengan kebutuhan khusus dididik di sekolah yang terpisah, baik itu sekolah inklusi atau sekolah khusus, yang terpisah dari teman sebaya mereka (Mangunsong, 2009). Sistem berkembang secara bertahap hingga mencapai integrasi penuh, yang berarti anak-anak yang memenuhi kriteria inklusi diterima di sekolah reguler. Anak-anak diharapkan menyesuaikan diri dengan kurikulum sekolah. Terkadang, anak-anak dengan kebutuhan khusus mungkin mengikuti kelas khusus untuk mata pelajaran tertentu, sementara untuk mata pelajaran lain, mereka dapat mengikuti kelas reguler dengan bantuan tambahan (Mangunsong, 2009).

Sebagian besar guru menganggap pendidikan siswa penyandang disabilitas sebagai hal yang harus dihadapi dalam kehidupan sehari-hari dan melihatnya sebagai bagian alami dari pekerjaan mereka. Meskipun demikian, mereka menghadapi kesulitan yang signifikan dalam mengendalikan perilaku yang mengganggu dari siswa (Waldron & Mcleskey, 2010). Salah satunya adalah stres, kebanyakan guru pendamping inklusi mengalami stres saat menghadapi anak inklusi. Stres dapat didefinisikan sebagai sejauh mana seseorang menganggap, menganggap, dan menilai keadaan hidup mereka sebagai stress (Cohen et al., 1983). Kejadian yang dapat menyebabkan stres termasuk peristiwa sehari-hari yang berulang, seperti masalah di tempat kerja atau lingkungan sekitar, serta kejadian seperti gangguan atau ancaman yang kuat, serta kehilangan yang berharga bagi setiap orang, seperti kehilangan orang terdekat atau yang dicintainya, masalah pribadi, atau uang. Bagaimana seseorang melihat atau menganggap lingkungan mereka sebagai stres bervariasi (Cohen et al., 1983).

Hal ini dapat menyebabkan mereka tidak nyaman dan lebih banyak stres di tempat kerja (Sitio & Diponegoro, 2023). Dinamika pemicu stres juga menyebabkan kondisi distress, yang merupakan ketidaknyamanan emosional atau psikologis yang disebabkan oleh tekanan, ketegangan, atau beban yang berlebihan, yang dapat memiliki efek jangka panjang atau jangka pendek (Yuwono & Andi, 2017, dalam Sitio & Diponegoro, 2023). Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 2008 tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Guru Pendidikan Khusus, mengharuskan sekolah inklusif memiliki guru pendidikan khusus dengan bidang keahlian pendidikan luar biasa untuk mendampingi guru kelas menangani siswa berkebutuhan khusus. Namun, belum semua sekolah inklusif memiliki guru pendidikan khusus dan hanya mengandalkan guru kelas. Selain itu, guru di sekolah inklusi memiliki tanggung jawab untuk semua siswa yang beragam. Ini berarti bahwa guru memiliki lebih banyak tugas (Hasyati & Widyasari, 2023). Tidak selalu situasi yang dihadapi guru pendamping bersifat positif, seperti siswa inklusi yang patuh dan bersemangat dengan perilaku yang baik. Sebaliknya, guru pendamping juga dapat menghadapi siswa inklusi yang kurang kooperatif, seperti tantrum atau sulit diatur, yang merupakan beban stres dan fenomena mengajar di sekolah inklusi yang dapat diatasi oleh guru pendamping (Purna et al., 2024).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan lingkungan memiliki efek yang signifikan terhadap subjek dalam hal mengurangi stres melalui kolaborasi, memberikan dukungan moral dan emosional, dan menyediakan solusi (Sitio & Diponegoro, 2023). Berdasarkan fenomena di atas, diharapkan sekolah yang menerapkan pendidikan inklusi memerlukan dukungan dari para pendidik dengan keahlian khusus. Semangat kerja mendorong orang untuk berbuat dan bekerja sama secara maksimal untuk menyelesaikan tugas yang sudah direncanakan untuk mencapai tujuan. Selain itu, semangat kerja membantu menuntaskan masalah dengan menghasilkan komunikasi yang efektif yang membahas solusi masalah sambil mengurangi stres yang terkait (Maenner et al., 2021). Salah satu jenis guru pendamping dalam hal ini adalah yang bertanggung jawab atas pembelajaran dan pembinaan anak-anak dengan kebutuhan khusus (Purna et al., 2024). Proses yang dilakukan individu untuk memengaruhi emosi mereka seperti stres, kapan mereka merasakannya, dan bagaimana mereka mengalami dan mengekspresikan emosi tersebut

dikenal sebagai regulasi emosi. Proses ini dapat terjadi secara otomatis atau terkendali, sadar atau tidak sadar, dan dapat memengaruhi seberapa cepat pemulihan emosi mereka berlangsung (Gross, 1998). Menurut panduan pelaksanaan pendidikan inklusi tahun 2022, Guru Pembimbing Khusus (GPK) adalah guru yang bertanggung jawab untuk membantu siswa berkebutuhan khusus, baik dari satuan pendidikan tersebut maupun dari sekolah luar biasa terdekat. Selain itu, seorang guru inklusi harus memiliki keterampilan profesional yang kuat. Seorang guru inklusi diharapkan dapat mengontrol emosinya untuk mengurangi stres saat bekerja atau berkomunikasi dan berinteraksi dengan baik (Purna et al., 2024). Meskipun guru menghadapi tantangan dan masalah ini di berbagai sekolah, guru yang mengajar di sekolah inklusi atau sekolah khusus dengan anak-anak dengan kebutuhan khusus mungkin menghadapi tingkat stres dan tantangan yang lebih kompleks. Sebuah lingkungan pembelajaran yang negatif dapat berdampak buruk, seperti stres pada emosi guru. Oleh karena itu, guru harus dapat mengendalikan emosi mereka dengan baik agar mereka dapat mengatasi emosi negatif secara positif (Purna et al., 2024).

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Gambaran Regulasi Emosi pada Guru Pendamping yang Mengalami Stres dalam Proses Interaksi Saat Pendampingan Siswa Inklusi. Dalam menjalani sebagai guru pendamping pastinya mengalami tantangan, hasil observasi dengan pengalaman fenomena peneliti saat SMA selama 3 tahun bersama anak inklusi di daerah Bogor menunjukkan situasi di dalam satu angkatan terdapat 6 anak inklusi dan 24 anak reguler. Untuk satu kelas dibagi menjadi dua kelas untuk tiap satu kelas terdiri dari 3 anak inklusi dan 12 anak reguler. Dari pengalaman peneliti dan pengamatan saat SMA untuk guru ada 2 guru pendamping di tiap kelas tugasnya adalah untuk membantu anak inklusi belajar materi yang diberikan, memberikan bimbingan dan pengajaran tambahan kepada siswa inklusi sesuai kebutuhan mereka. Membantu dan menemani siswa inklusi untuk terapi, membantu bantuan khusus untuk anak inklusi, melakukan evaluasi kemajuan siswa inklusi, dan berkomunikasi bersama orang tua. Setiap anak mendapatkan materi pembelajaran yang sama dari guru reguler. Karena dari itu maka guru pendamping harus mempunyai kesabaran dan ketekunan yang besar karena hal ini terjadi setiap hari di sekolah inklusi, karena banyak faktor yang mempengaruhi regulasi emosi guru pendamping saat stres.

Pada penelitian Nurhasanah (2023) mengatakan regulasi emosi pada guru anak berkebutuhan khusus yang menunjukkan bahwa terdapat tiga subjek yang tidak dapat mengendalikan emosinya karena stres, sehingga melampiaskannya kepada anak-anak berkebutuhan khusus di sekolah, seperti menarik telinga, mencubit, dan memukul. Para subjek mengakui bahwa ini adalah akibat dari stres. Lalu pada penelitian Wulan dan Sari (2015) Guru yang stres secara fisik dan mental juga dapat mempengaruhi kinerja dan emosi mereka. Kelelahan yang tidak dapat dikendalikan oleh guru alami dapat menyebabkan emosi negatif dan disalurkan kepada muridnya. Menurut hasil penelitian, setengah lebih guru honorer di sekolah swasta memiliki pengaturan emosi yang rendah. Selanjutnya, ada kasus di mana seorang guru di Makasar dilaporkan ke Polresta Makasar pada 15 April 2023 karena melakukan kekerasan pada seorang anak berkebutuhan khusus di sebuah lembaga pendidikan inklusi. Guru tersebut dihukum karena anak tersebut tidak fokus selama kelas berlangsung (Sembiring, 2023).

Dari contoh ini, terlihat bahwa guru-guru inklusi seringkali menghadapi situasi yang kurang positif, yang dapat menyebabkan emosi negatif dan stres. Namun, dalam menjalankan tugas profesionalnya, guru diharapkan untuk dapat mempertahankan citra yang ideal meskipun tengah mengalami stres, dan mereka juga kadang-kadang perlu meningkatkan emosi positif. Jiang et al., (2016) mendukung hal ini, menunjukkan bahwa pendidik dapat mengatur emosi mereka untuk meningkatkan emosi positif dan mengurangi efek negatifnya. Pendidik yang tidak dapat mengatur emosi mereka akan dengan mudah mengalami kelelahan emosional. Interaksi sosial masih menjadi hambatan bagi beberapa anak berkebutuhan khusus apalagi yang mendapat kesempatan untuk bersekolah di sekolah inklusi.

Sedangkan dengan penelitian ini, peneliti sudah melakukan wawancara dengan dua subjek disekolah yang akan dituju yaitu guru pendamping agar lebih memperkuat penelitian. Disini dapat terlihat bahwa beberapa penelitian menemukan seorang guru pendamping masih banyak yang tidak bisa meregulasi emosinya karena adanya stres. Terdapat bahwa regulasi emosi itu sangat penting untuk mengalahkan segala emosi negatif yang dipicu dalam interaksi guru pendamping

dengan anak inklusi. Peneliti menyimpulkan bahwa regulasi emosi pada guru pendamping memainkan peran yang sangat penting di sekolah inklusi. Maka, dibutuhkan kemampuan regulasi emosi untuk mengatasi stres. Penelitian ini memiliki kertebaruan karena masih banyak yang hanya dilakukan pada guru sekolah umum maka peneliti memiliki keterbaruan untuk meneliti guru pendamping di sekolah inklusi, ada beberapa penelitian di TK dan SD tapi untuk penelitian ini peneliti meneliti di sekolah SMP & SMA. Peneliti juga menelaah penelitian yang sudah ada di fakultas psikologi terdapat bahwa tidak ada penelitian dengan judul yang sama dengan penelitian ini. Lalu penelitian ini juga dilakukan sendiri tanpa bersama-sama untuk mengambil data dan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini kerbaruan yang berbeda.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2020) Jadi, guru pendamping sering merasa lelah dan stres karena beberapa faktor yang memengaruhi, seperti anak yang tidak bisa kooperatif, seperti tantrum, dan susah diatur. Guru ini menyadari pentingnya merugulasi emosi mereka dan mencoba menenangkan diri melalui berbagai cara, seperti bermain telepon dan berbicara dengan teman. Oleh karena itu, sangat penting bagi guru yang stres untuk mengontrol emosi mereka. Emosi buruk seperti kesedihan, kemarahan, kekecewaan, dan keputusan tidak dapat dihindari sepenuhnya untuk menghadapi situasi yang menekan dan meminimalkan dampak psikologis yang mereka miliki (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019). Kepedulian terhadap siswa telah terbukti membuat pengajaran bermanfaat dan menyenangkan. Di sisi lain, terkadang diperlukan usaha besar untuk mengendalikan perasaan yang tidak menyenangkan selama proses mengajar. Oleh karena itu, mengontrol emosi menjadi sangat penting (Isenbarger & Zembylas 2006, dalam Yin et al., 2019). Bagi guru pendamping, terkadang dibutuhkan usaha keras untuk mengelola stres yang tidak diinginkan selama mengajar, sementara pada saat yang sama, kepedulian terhadap siswa telah terbukti membuat pengajaran menjadi bermanfaat dan menyenangkan.

Jika regulasi emosi membantu mencapai tujuan dalam situasi tertentu biasanya dengan meningkatkan emosi positif dan mengurangi emosi negatif dan stress regulasi emosi dianggap mudah (Gross, 1998). Ketika seorang guru mampu mengendalikan emosinya saat marah terhadap situasi yang sedang dihadapi dan tetap mampu mengekspresikan emosinya dengan cara yang positif, maka guru tersebut cukup mampu untuk mengekspresikan emosinya (Dariyo, 2017). Mengubah sikap, pola pikir, keyakinan, dan pandangan yang tidak rasional dan tidak logis menjadi yang rasional dan logis adalah cara untuk mengubah emosi negatif ke positif. untuk mengoptimalkan pengembangan diri untuk mengatasi gangguan emosional seperti ketakutan, rasa bersalah, kecemasan, kegelisahan, dan kemarahan. Kita harus berusaha mengoreksi keyakinan yang salah dengan mendidik orang untuk berpikir logis. Kita harus berusaha mengoreksi keyakinan yang salah dengan mendidik orang untuk berpikir logis tentang apa yang terjadi di dunia nyata dan menumbuhkan kepercayaan diri, nilai-nilai, dan kemampuan (Surya, 2003, dalam Nurhidayatullah & Salmiati, 2022). Pengurangan emosi negatif dan penambahan emosi positif berdampak besar pada kehidupan individu (Hutapea, 2012). Dalam kasus ini, kebutuhan pekerjaan menyebabkan peningkatan emosi, yang menyadarkan bahwa emosi dimulai dengan keadaan yang memicu regulasi emosi (Gross & John, 2003). Karena regulasi emosi adalah proses, kecenderungan respons ini dapat diubah dengan berbagai cara. Strategi untuk mengatur emosi dari stres berbeda-beda tergantung pada kapan strategi tersebut paling efektif dalam proses regulasi (Gross & John, 2003). Dalam regulasi emosi, tujuan adalah untuk menentukan hasil yang diinginkan dan menyesuaikan emosi untuk mencapai hasil tersebut. Proses regulasi emosi dimulai ketika keadaan memaksa untuk mengatur emosi (Gross & John, 2003). Tidak ada cara untuk menghindari emosi negatif sepenuhnya. Namun, untuk menghadapi semua situasi yang menekan dan mengurangi dampak negatifnya secara psikologis, seseorang memerlukan regulasi emosi. Regulasi emosi mengatur intensitas dan ekspresi emosi seseorang agar mereka tidak merugikan diri sendiri atau orang lain (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019). Berdasarkan fenomena dan penelitian sebelumnya menunjukkan, bahwa strategi untuk melakukan regulasi emosi pada guru pendamping sangat diperlukan. Pentingnya dukungan sosial dan teknik individual dalam menghadapi stres di tempat kerja.

Dalam situasi seperti ini, sangat penting bagi guru pendamping untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan anak inklusi yang mereka dampingi. Akankah anak inklusi dapat mengubah kepribadian mereka ketika guru pendamping mengalami stress. Karena proses interaksi antara

guru dan siswa selalu terjadi, interaksi yang baik antara guru pendamping dan siswa inklusi sangat penting. Menurut banyak penelitian, interaksi dalam situasi seperti ini, sangat penting bagi guru pendamping untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan anak inklusi yang mereka dampingi. Karena proses interaksi antara guru dan siswa selalu terjadi, interaksi yang baik antara guru pendamping dan siswa inklusi sangat penting. Menurut banyak penelitian, interaksi dalam pembelajaran sangat penting dan merupakan bagian penting dari proses pembelajaran (Swan, 2001). Interaksi tak terlepas oleh komunikasi, menurut Mukarom (2021) sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari adalah komunikasi interpersonal, yang dilakukan secara tatap muka antara beberapa individu dengan komunikasi verbal dan non-verbal sebagai media utamanya. Komunikasi interpersonal ini kemudian dianggap efektif dalam beberapa upaya untuk mengubah kehidupan sosial secara keseluruhan, seperti sikap, pendapat, dan pandangan seseorang tentang suatu hal karena orang-orang ini berbicara satu sama lain secara langsung. Menurut Bali (2017) Ada tiga tanggung jawab utama guru, termasuk guru pendamping, dalam interaksi dengan siswanya: menumbuhkan minat dan motivasi siswa, mengatur pembelajaran yang efektif, dan memberikan nasihat, dukungan, dan dorongan kepada setiap siswa. Komponen interaksi ini mencakup interaksi dengan materi, bekerja sama, berkomunikasi, berinteraksi dengan orang lain, dan mendukung kinerja (Alifia, 2021 dalam Salamah, 2022). Komunikasi sangat penting dalam kehidupan sosial, begitu juga dalam pendidikan. Ini terlihat dalam kegiatan belajar di sekolah (Mukarom, 2020). Guru sebagai sumber pesan mengajarkan banyak hal, seperti mengubah perspektif, pendapat, dan wawasan muridnya. Ini berarti bahwa ini juga terhubung dengan guru pendamping, yang memiliki peran penting dalam membantu siswa inklusi belajar. Anak berkebutuhan khusus perlu mendapatkan bimbingan tambahan meskipun mereka tetap di sekolah biasa. Untuk membantu menyelesaikan berbagai masalah anak berkebutuhan khusus, guru memberikan penanganan khusus kepada anak berkebutuhan khusus melalui cara mereka berkomunikasi dengan mereka (Viero & Sari, 2023). Orang harus berinteraksi untuk meningkatkan kemampuan intelektual dan fisik, seperti halnya pada anak berkebutuhan khusus yang memiliki kekurangan komunikasi. Anak berkebutuhan khusus juga memiliki masalah dalam berpikir, berkomunikasi, dan berinteraksi dengan orang lain. Salah satu masalah penting dalam kegiatan belajar mengajar anak berkebutuhan khusus adalah interaksi sosial (Viero & Sari, 2023). Karena sebagian besar siswa di sekolah inklusi adalah siswa biasa, semua siswa harus berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan mereka karena hal ini penting untuk keberlanjutan dan keberhasilan Pendidikan (Viero & Sari, 2023). Diharapkan peneliti menemukan pembaruan mengenai guru pendamping yang berinteraksi langsung dengan anak inklusi. Hasil akhir penelitian ini diharapkan ditemukan faktor-faktor penyebab guru pendamping stress lalu melakukan regulasi emosi.

METODE

Metode penelitian ini memakai pendekatan studi kasus kualitatif. Peneliti mengambil data dengan wawancara dan kuesioner. Penelitian kualitatif adalah sebuah pendekatan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang diberikan oleh individu atau kelompok terhadap suatu masalah sosial atau manusia. Untuk kuesionernya sendiri peneliti membagikan kertas yang harus diisi oleh guru pendamping dengan mengisi soal yang nantinya akan dihitung total skornya untuk menunjukan hasilnya, yang dimana kertas tersebut sudah berisikan pertanyaan-pertanyaan tentang stres. Lalu untuk wawancara peneliti telah menyiapkan pedoman wawancara yang akan ditanyakan mengenai regulasi emosi dan proses interaksi. Partisipan dalam penelitian ini adalah lima guru pendamping yang bekerja minimal satu tahun dengan minimal sudah mendampingi dua anak inklusi. Setelah pengumpulan data dan mendapatkan informasi tambahan setelah pelaksanaan wawancara dan kuesioner dengan guru pendamping terkait. Peneliti akan membuat tabel kategori hasil verbatim dari coding hasil wawancara regulasi emosi, proses interaksi dan hasil stres dari kuesioner. Kemudian dari tabel rangkuman tersebut serta hasil stres yang didapat peneliti mengelolah dengan mengaitkan antara informasi yang peneliti miliki dengan teori-teori psikologi, menjelaskan terkait permasalahan penelitian tersebut. Pada saat melakukan analisis data, peneliti dapat mengaitkan dan memahami regulasi emosi pada guru pendamping yang mengalami stres dalam proses interaksi saat penampungan siswa inklusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Stres Guru Pendamping

Peneliti membagikan kertas yang harus diisi oleh guru pendamping, yang dimana kertas tersebut sudah berisikan pertanyaan-pertanyaan tentang stres.

Tabel 1. Hasil tes guru pendamping

NAMA	USS	AB	FA	S	OP
TOTAL	17	17	21	15	16
HASIL	stres sedang				

Dari total penghitungan skor dan total terdapat lima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP mengalami stres sedang. Skor mulai dari 14-26 akan dianggap sebagai stres sedang.

Gambaran Konflik antar Guru Pendamping dengan Anak Inklusi

Kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP mempunyai konflik masing-masing bersama anak yang didampinginya, tetapi berbeda-beda kasusnya. Para guru pendamping menghadapi berbagai tantangan dalam mendampingi anak-anak berkebutuhan khusus, yang membutuhkan pendekatan yang penuh kesabaran dan perhatian. Semua guru pendamping menunjukkan pentingnya komunikasi yang efektif dan kesabaran dalam menangani masalah emosional, dan fisik yang unik pada anak-anak berkebutuhan khusus.

Tabel 2. Gambaran Konflik antar Guru Pendamping dengan Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
USS menghadapi tantangan besar dalam menangani tiga anak berkebutuhan khusus dengan karakter unik, yang memerlukan kesabaran ekstra dan usaha untuk beradaptasi.	AB menangani anak dengan ASD yang sering perilaku secara berlebihan dan tantrum dengan pendekatan "pull out" untuk meredakan suasana.	FA menghadapi tantangan dalam menangani inklusi yang mengalami tekanan emosional, terkadang menolak belajar dan mencoba melanggar aturan diet dari orang tua, meski dipantau dengan ketat.	S menghadapi tantangan besar mendampingi siswa dengan gangguan mental, termasuk pencegahan bunuh diri dan pencarian siswa yang melarikan diri, mencerminkan kompleksitas dan tanggung jawab tinggi dalam menangani mental di sekolah.	OP menghadapi tantangan dalam menjaga privasi dan keamanan anak-anak inklusi, seperti memastikan mereka menutup dan mengunci pintu toilet, yang memerlukan pengawasan ekstra.

Gambaran Permasalahan yang Membuat Guru Pendamping Tertekan

Semua guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP mengalami tantangan, situasi sulit yang membuat mereka tertekan dari anak yang mereka dampingi. Dari analisis tantangan yang dihadapi oleh para guru pendamping, dapat disimpulkan bahwa mendampingi anak inklusi memerlukan pendekatan yang sangat personal dan penuh kesabaran. Setiap anak memiliki kebutuhan yang berbeda, sehingga penting bagi guru untuk mampu mengelola waktu, emosi, dan kesabaran agar dapat memberikan dukungan yang tepat sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak.

Tabel 3. Gambaran Permasalahan yang Membuat Guru Pendamping Tertekan

USS	AB	FA	S	OP
USS merasa tertekan karena keterbatasan	AB. menghadapi tantangan besar dalam mengelola	FA. mengalami tekanan saat	S. merasa sangat tertekan saat	OP. menghadapi tantangan dalam mendampingi anak

gerak anak tantrum dan anak yang menghadapi inklusi, terutama dengan Down perilaku agresif didampinginya kasus anak terkait kebiasaan Syndrome yang anak inklusi, yang tidak bisa dengan kurang baik, seperti memperlambat memerlukan menunggu gangguan tidak mengunci aktivitas, pengawasan giliran dan kesehatan atau menutup pintu mempengaruhi ketat dan memukul mental yang toilet, yang waktu dan penanganan fisik teman sekelas, hampir bunuh disebabkan oleh efisiensi tugas. untuk meredakan menciptakan diri. keterbatasan pemahaman anak. situasi. situasi yang sulit diatasi.

Gambaran Dampak yang ditimbulkan antar Guru Pendamping

Semua guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP mengalami dampak yang ditimbulkan, hanya saja dampak yang ditimbulkan dari kelima guru pendamping berbeda-beda. Dari analisis di atas, dapat dilihat bahwa masing-masing guru pendamping menghadapi dampak emosional dan fisik yang signifikan dalam mendampingi anak inklusi. Kesemuanya menunjukkan bahwa mendampingi anak inklusi memerlukan ketahanan emosional yang tinggi, kesabaran, dan kesadaran diri dalam mengelola dampak stres yang muncul.

Tabel 4. Gambaran Dampak yang ditimbulkan antar Guru Pendamping

USS	AB	FA	S	OP
USS cenderung menarik diri dan diam saat merasa lelah atau tertekan.	AB merasa tertekan dan kelelahan akibat menangani perilaku agresif dan tantrum anak, yang menguras energi fisik dan emosi.	FA merasa tertekan, bingung, dan menyesal saat menghadapi penolakan anak terhadap kegiatan, ditambah kesulitan komunikasi dan kurangnya pemahaman orang lain.	S mengalami dampak fisik dan emosional yang serius akibat stres dalam mendampingi siswa dengan gangguan kesehatan mental, namun tetap berusaha menjaga kewarasan.	OP merasa kesal namun berusaha mengelola emosinya dengan menarik napas, menyadari keterbatasan anak inklusi dalam perilakunya.

Gambaran Kesalahan yang Pernah Dilakukan Guru Pendamping

Semua guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP mereka tidak pernah memakai tindakan kekerasan untuk mendisiplinkan anak-anaknya melainkan mereka hanya tegas untuk mendisiplinkan anak-anaknya. Dari pernyataan para guru pendamping, terlihat bahwa semua guru pendamping memiliki pendekatan yang tidak melibatkan kekerasan fisik dalam menghadapi tantangan dalam mendampingi inklusi. Mereka lebih memilih menggunakan ketegasan atau teknik-teknik non-fisik untuk mengelola perilaku anak. Pendekatan ini menunjukkan pentingnya pemahaman dan kesabaran dalam mendampingi anak inklusi tanpa melibatkan kekerasan fisik, serta fokus pada pembentukan ikatan dan pengajaran melalui konsekuensi yang membangun.

Tabel 5. Gambaran Kesalahan yang Pernah Dilakukan Guru Pendamping

USS	AB	FA	S	OP
USS memilih ketegasan daripada kekerasan fisik dalam menghadapi situasi sulit.	AB memilih ketegasan daripada kekerasan fisik dalam mendidik anak-anak.	FA mengelola perilaku emosional anak inklusi tanpa kekerasan fisik, meski sering melibatkan	S menggunakan metode "hug machine" untuk menenangkan anak tantrum	OP menerapkan pendekatan fleksibel, tanpa kekerasan fisik, dengan menyesuaikan cara penanganan sesuai kebutuhan anak, baik dengan

perilaku merusak melampiasikan emosi secara tidak tepat.	atau kekerasan fisik, dengan cara yang aman.	kelembutan atau ketegasan, untuk membentuk ikatan dan pemahaman aturan.
--	--	---

Gambaran antar Guru Pendamping Merasa Jengkel dan Marah

Semua guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP mempunyai penempatan untuk mengalihkan emosi mereka dengan baik. Dari hasil wawancara dengan para guru pendamping, dapat disimpulkan bahwa masing-masing guru pendamping memiliki cara yang berbeda dalam mengelola emosi mereka ketika menghadapi situasi yang menantang. Secara umum, semua guru pendamping cenderung menghindari luapan emosi yang dapat mempengaruhi anak-anak dan orang lain, dengan memilih untuk memberi jarak atau melakukan aktivitas yang dapat menenangkan diri. Secara keseluruhan, pendekatan yang diterapkan oleh masing-masing guru pendamping menunjukkan upaya untuk mengelola emosi secara sehat dan profesional demi keberhasilan dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus.

Tabel 6. Gambaran antar Guru Pendamping Merasa Jengkel dan Marah

USS	AB	FA	S	OP
USS menghindari interaksi saat marah mencegah luapan emosi yang dapat mempengaruhi anak-anak dan orang lain.	AB memberi jarak untuk marah, menenangkan diri dengan aktivitas lain untuk menghindari luapan emosi.	FA meredakan emosi dengan mendengarkan musik atau bermain hujan-hujan untuk menyegarkan diri.	S mengelola emosi dengan menjauh, makan, atau berbicara dengan terapis untuk mendapatkan pencerahan.	OP mengelola emosi dengan menarik napas, memberi pengertian pada anak, dan menjaga kesabaran tanpa terbawa perasaan.

Gambaran antar Guru Pendamping Marah Kepada Anak Inklusi

Semua guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP berdasarkan pernyataan dari kelima guru pendamping, terlihat bahwa meskipun mereka menghadapi situasi emosional yang beragam, mayoritas dari mereka lebih memilih untuk bersikap tegas daripada melibatkan emosi marah secara berlebihan. Guru pendamping USS dan OP menunjukkan pendekatan yang lebih tenang dan terkontrol, dengan menggunakan ketegasan dan nada tinggi untuk menyampaikan perasaan mereka tanpa meluapkan emosi. AB, meskipun merasa kesal dan lelah, tetap tidak terjebak dalam kemarahan berlebihan meski harus menghadapi perilaku agresif anak. FA dan S mengakui bahwa mereka merasa marah, tetapi keduanya menekankan bahwa kemarahan yang mereka alami tidak melibatkan kekerasan fisik. FA menyalurkan kemarahan sebagai bentuk pengertian kepada anak, sementara S mengekspresikan kemarahan lebih sebagai bentuk ketegasan dengan ekspresi wajah. Semua guru pendamping menunjukkan bahwa meskipun mereka merasakan emosi negatif, mereka berusaha mengelola perasaan tersebut agar tetap berada dalam kontrol, tanpa melibatkan tindakan yang merugikan atau kekerasan fisik.

Tabel 7. Gambaran antar Guru Pendamping Marah Kepada Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
USS bersikap tegas tanpa melibatkan emosi marah.	AB merasa kesal dan lelah menghadapi perilaku agresif anak, meskipun	FA merasa marah saat memberikan konsekuensi, namun marah tersebut tidak melibatkan kekerasan fisik dan lebih sebagai bentuk	S sering merasa marah sebagai bentuk ketegasan, namun ekspresi marahnya tidak melibatkan kekerasan fisik,	OP merasa kesal, bukan marah berlebihan, dan mengungkapkan ketidaksenangannya dengan nada tegas tanpa meluapkan

tidak marah. pengertian untuk hanya melalui emosi.
 anak. anak. ekspresi wajah.

Gambaran *Situation Selection* antar Guru Pendamping

Berdasarkan kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP menunjukkan pendekatan yang berbeda namun serupa dalam mengelola emosi dan stres. Secara keseluruhan, kelima menunjukkan kesadaran akan pentingnya keseimbangan emosional, komunikasi yang efektif, dan dukungan sosial dalam mengatasi stres dan masalah yang dihadapi.

Tabel 8. Gambaran *Situation Selection* antar Guru Pendamping

USS	AB	FA	S	OP
USS mengelola emosinya dengan pendekatan terhadap anak-anak, memberi waktu untuk diri sendiri, dan mencari dukungan dari teman serta terapis. USS juga menghargai waktu untuk menyendiri guna menjaga keseimbangan emosional sebelum terbuka dan berbicara tentang masalah.	AB mengelola emosinya dengan memberi waktu untuk diri sendiri, memilih untuk menyendiri saat tertekan, dan terbuka berbicara dengan orang yang dipercayai. AB menghargai komunikasi terbuka dan dukungan moral dalam menyelesaikan masalah.	FA mengelola emosinya dengan memberi ruang untuk diri sendiri, berbagi dengan orang lain, dan melibatkan tim dalam mencari solusi. FA menghargai komunikasi terbuka dan mendengarkan dukungan dari orang-orang terdekat.	S mengelola stres dengan cara menenangkan diri, beristirahat, dan mengutamakan komunikasi terbuka dengan terapis, atasan, serta keluarga. S juga menjaga batasan diri dan mengutamakan koordinasi untuk mengatasi masalah.	OP mengelola masalah dengan berkolaborasi, berdiskusi dengan rekan, dan mencari dukungan dari tim. OP juga menggunakan aktivitas sosial untuk meredakan stres dan tetap terbuka dalam komunikasi untuk solusi bersama.

Gambaran *Situation Modification* antar Guru Pendamping

Kelima guru pendamping memiliki pendekatan yang beragam namun saling melengkapi dalam mengelola emosi dan stres. Secara keseluruhan, kelima guru pendamping menunjukkan pentingnya keseimbangan antara waktu untuk diri sendiri, dukungan sosial, dan aktivitas yang menyenangkan untuk mengelola stres dan emosi dalam menghadapi tantangan sehari-hari.

Tabel 9. Gambaran *Situation Modification* antar Guru Pendamping

USS	AB	FA	S	OP
USS mengelola emosinya dengan menciptakan kebahagiaan melalui humor dan interaksi sosial, serta merasa didukung oleh orang-orang di sekitarnya. Berbicara tentang	AB mengelola emosinya dengan cara menyenangkan seperti menonton video lucu atau bermain game, serta menciptakan suasana ceria. Dukungan emosional utama datang dari istri, diikuti teman-	FA mengelola emosinya dengan kegiatan menyenangkan untuk meningkatkan mood, seperti bermain game atau bernyanyi. Dukungan utama datang dari orang tua yang memberikan pemahaman dan	S mengelola emosinya dengan menghindari sejenak dari situasi emosi, mencari udara segar, dan melakukan aktivitas menyenangkan. Dukungan utama datang dari keluarga,	OP mengelola emosinya dengan beraktivitas sosial bersama rekan-rekan, yang memberikan dukungan moral dan saran. Dukungan juga datang dari pimpinan dan kekuatan dari

perasaan dengan orang yang dipercaya membantu USS melihat masalah dari perspektif berbeda dan meredakan emosi.	teman atasan, yang membantu USS menghadapi tantangan dengan solidaritas dan dukungan yang beragam..	dan yang AB memberikan arahan dan kesempatan berbagi pengalaman.	kesabaran, serta dari kepala sekolah yang memberikan perhatian dan kesempatan berbagi pengalaman.	rekan kerja, dan orang tua anak, yang memberikan perhatian dan menyelesaikan masalah.	dalam dirinya sendiri, termasuk sikap positif dan niat tulus untuk membantu anak-anak.
--	---	--	---	---	--

Gambaran *Attentional Deployment* antar Guru Pendamping

Dari analisis kelima guru pendamping, yang dapat menekan atau mengurangi emosi negatif dengan memikirkan hal-hal yang membuatnya senang atau terhibur adalah kelima semua guru pendamping yaitu USS, AB, FA, S dan OP. dengan sangat baik. Kelima guru pendamping memiliki metode berbeda untuk mengelola emosi, namun pada dasarnya mereka semua mengalihkan perhatian dan menggunakan aktivitas tertentu untuk meredakan ketegangan. Secara keseluruhan, setiap guru pendamping menggunakan aktivitas tertentu yang membantu mereka mengalihkan emosi dan menenangkan diri, mencerminkan pentingnya waktu pribadi dan aktivitas pemulihan dalam menghadapi tantangan sehari-hari.

Tabel 10. Gambaran *Attentional Deployment* antar Guru Pendamping

USS	AB	FA	S	OP
USS mengelola emosinya dengan mengalihkan perhatian, memberikan afirmasi positif, mencari dukungan, dan mengandalkan doa untuk meredakan perasaan sebelum pulang. Ketegangan sebelum kembali ke rumah.	AB mengalihkan perhatian dari masalah dengan kegiatan menyenangkan seperti jalan-jalan, bermain game, dan afirmasi diri untuk meredakan stres dan emosi.	FA meredakan emosi dengan kegiatan menyenangkan seperti bernyanyi, berbicara dengan anak-anak, mendengarkan musik, atau berlibur untuk menyegarkan pikiran.	S meredakan emosi dengan mencari udara segar, menarik napas, dan memberi waktu untuk tenang sebelum menghadapi masalah.	OP meredakan emosi dengan tidur, bermain ponsel, dan menarik napas dalam-dalam untuk menenangkan diri setelah berinteraksi dengan anak khusus.

Gambaran *Cognitive Change* antar Guru Pendamping

Dari kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP memiliki pendekatan yang berbeda dalam menangani masalah, tetapi menunjukkan sikap profesional dan komitmen terhadap peran mereka sebagai guru pendamping. Secara keseluruhan, guru pendamping mengedepankan komunikasi, kerja sama, dan kesabaran dalam mengatasi masalah, sambil tetap menghargai diri sendiri dan komitmen mereka pada peran yang dijalani.

Tabel 11. Gambaran *Cognitive Change* antar Guru Pendamping

USS	AB	FA	S	OP
USS menilai masalah dengan hati-hati dan menganalisisnya terlebih dahulu sebelum bertindak.	AB menilai masalah dengan hati-hati dan cermat, memastikan kebenaran sebelum	FA menilai masalah dengan pendekatan kolaboratif, mencari solusi bersama tim dan terapis.	S menilai masalah dengan pendekatan obyektif, fokus pada solusi dan tidak menyalahkan	OP menilai masalah dengan terencana, fokus pada komunikasi terbuka dan

Meskipun terkadang merasa bersalah, USS merasa mampu menyelesaikan masalah melalui kedekatan dengan anak-anak yang didampingi. USS juga menekankan pentingnya komunikasi yang jelas dan profesionalisme dalam menangani masalah. Meskipun ada pikiran untuk menjadi orang lain ketika lelah, USS tetap teguh pada pilihannya untuk tetap menjadi diri sendiri, siap menghadapi tantangan yang ada.	bertindak. AB merasa mampu menyelesaikan masalah sendiri, namun tidak ragu mencari bantuan jika diperlukan. Meskipun terkadang menyalahkan diri sendiri, AB menyadari pentingnya istirahat. AB juga merasa tertarik beralih ke bidang digital marketing, meski menyadari setiap pekerjaan memiliki tantangannya masing-masing.	AB mengutamakan komunikasi yang jelas dan pengajaran nilai-nilai seperti meminta maaf. Meskipun terkadang merasa menyesal, FA menghargai proses belajar bersama tim dalam menangani anak inklusi. FA tidak tertarik menjadi orang lain, lebih memilih untuk tetap menjadi diri sendiri dan menyesuaikan diri dengan karakter anak-anak yang didampingi.	pihak lain. S merasa mampu menyelesaikan masalah sendiri, tetapi juga terbuka untuk bantuan bila diperlukan. Meskipun terkadang merasa menyesal, S memilih untuk tetap menghadapi tantangan sebagai guru pendamping dan tidak mencari pelarian dengan beralih profesi.	S kolaborasi untuk menemukan solusi. OP merasa yakin bisa menyelesaikan masalah berkat latar belakang pendidikan dan pengalaman, serta tidak merasa perlu menyalahkan diri sendiri. OP memilih untuk tetap menjadi diri sendiri, menghargai pengalaman dan peran yang dijalani.
--	--	---	--	---

Gambaran *Response Modulation* antar Guru Pendamping

Tabel 12. Gambaran *Response Modulation* antar Guru Pendamping

USS	AB	FA	S	OP
USS meredakan emosinya dengan menangis, menyendiri, dan pergi ke tempat yang tenang seperti gunung untuk mendapatkan ketenangan.	AB mengatasi kemarahannya dengan diam dan menenangkan diri, mengalihkan perhatian melalui HP atau menonton film, sehingga emosinya mereda dengan sendirinya.	FA meredakan emosinya dengan mendengarkan musik, menangis, dan merefleksikan perasaan untuk belajar dari pengalaman. Selain itu, FA juga memilih untuk jalan-jalan dengan teman-teman dan mencoba aktivitas baru seperti bermain Lego untuk mengalihkan perhatian dan menenangkan diri.	S meredakan emosinya dengan menangis diam-diam, berdoa, dan tidur untuk melepaskan ketegangan. Selain itu, berkumpul dengan teman-teman juga membantu S merasa lebih tenang dan ringan.	OP meredakan stres dan emosi dengan beristirahat, jalan-jalan, atau menonton, serta melakukan relaksasi sederhana seperti tarik napas dan minum air untuk menenangkan diri dan mempersiapkan minggu yang akan datang.

Gambaran Proses Interaksi Imitasi Guru Pendamping

Dari kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP semua anak yang diampinginya dapat berusaha untuk mengajak berinteraksi. Dari keterangan para guru pendamping dapat dilihat bahwa anak-anak inklusi menunjukkan kepekaan yang tinggi terhadap perubahan emosional orang di sekitar mereka, terutama terhadap guru pendamping. Secara keseluruhan, meskipun ada perbedaan dalam tingkat perkembangan, anak-anak inklusi menunjukkan empati yang mendalam dan kepekaan terhadap kondisi emosional di sekitar mereka.

Tabel 12. Gambaran Proses Interaksi Imitasi Guru Pendamping dan Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
USS menyadari bahwa anak-anak inklusi sangat peka terhadap emosinya, dan mereka menunjukkan empati yang dalam, bahkan ikut merasakan kesedihan saat USS menangis, meskipun USS berusaha menjaga agar emosi tersebut tidak mempengaruhi mereka.	AB menyadari bahwa anak-anak inklusi peka terhadap emosinya, meskipun mereka sering tidak tahu bagaimana merespons. AB menghargai usaha mereka dalam menghibur atau berinteraksi dan berusaha membalas dengan sikap terbuka.	FA menyatakan bahwa anak-anak dan guru di sekitarnya peka terhadap perubahan suasana hati FA dan menunjukkan perhatian dengan bertanya tentang kondisinya.	S menjelaskan bahwa meskipun anak tersebut memiliki kecerdasan di bawah rata-rata, ia mampu membangun hubungan sosial yang baik dan menunjukkan empati melalui interaksi, perhatian, dan bercanda.	OP menjelaskan bahwa anak-anak peka terhadap perubahan suasana hati guru dan dapat merasakannya, meskipun dampaknya tidak berlangsung lama.

Gambaran Proses interaksi Sugesti yang dilakukan Anak Inklusi kepada Guru Pendamping

Dari kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP, semua anak yang diampinginya mengajak berinteraksi ketika guru pendamping mempunyai keadaan yang tidak baik-baik saja. Hanya saya dari kelima guru pendamping masing-masing anaknya mempunyai cara yang berbeda-beda seperti yang ditunjukkan di table bawah. Interaksi antara guru dan anak-anak inklusi menunjukkan berbagai upaya untuk menciptakan suasana yang mendukung dan saling menghibur. Secara keseluruhan, interaksi ini mencerminkan kedekatan emosional yang mendalam, di mana anak-anak inklusi berusaha menyesuaikan diri dengan suasana hati orang di sekitarnya, menciptakan suasana yang saling menghibur dan mempererat hubungan sosial.

Tabel 13. Gambaran Proses interaksi Sugesti Guru Pendamping dan Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
USS mengajarkan anak-anaknya untuk peka dan menyesuaikan nada bicara saat berinteraksi, terutama ketika orang lain terlihat lelah, dan anak-anak telah memahami serta menerapkan hal ini dengan baik.	Anak-anak inklusi berusaha menciptakan suasana positif dengan menghibur AB melalui interaksi sederhana, seperti ngobrol dan menunjukkan video lucu.	Interaksi dengan anak inklusi seperti P membuat suasana belajar lebih ceria dan saling menghibur, membantu FA menjaga mood positif.	Anak-anak inklusi sering mengajak aktivitas bersama, menciptakan keakraban dan kebersamaan yang mempererat hubungan dengan guru.	Anak-anak inklusi cenderung memeriksa perasaan guru, seringkali salah mengartikan arahan sebagai kemarahan.

Gambaran Proses interaksi Sugesti yang dilakukan Guru Pendamping untuk Menasehati

Semua guru pendamping USS, AB, FA, S, dan OP memberikan nasihat kepada anak yang didampinginya. Para guru pendamping menunjukkan pentingnya komunikasi yang jujur dan terbuka dalam mendampingi anak-anak, terutama dalam situasi emosional. Secara keseluruhan, pendekatan ini menunjukkan nilai komunikasi yang terbuka dalam menciptakan suasana yang saling mendukung dan memperkuat ikatan emosional antara guru dan anak.

Tabel 14. Gambaran Proses interaksi Sugesti Guru Pendamping dan Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
USS mengajarkan anak-anaknya untuk mengelola emosi dengan tenang, beristighfar, dan menghindari percakapan yang memperburuk suasana.	AB mengutamakan komunikasi yang jelas dan tegas, bahkan saat stres, untuk memastikan anak-anak memahami kondisi emosionalnya dan menunggu dengan sabar.	FA menekankan pentingnya keterbukaan tentang perasaan pribadi, yang membantu anak-anak memahami dan menyesuaikan diri dengan kebutuhan emosional guru.	S menekankan pentingnya komunikasi terbuka dengan anak-anak, memberi ruang bagi penyesuaian suasana hati, dan mendukung kemandirian mereka dalam menyelesaikan tugas.	OP menekankan pentingnya komunikasi jujur dengan anak-anak, menjelaskan kondisinya agar mereka dapat memahami dan menunjukkan empati.

Gambaran Proses Interaksi Identifikasi Guru Pendamping dan Anak Inklusi

Dari kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP semua pendapat dan respon mereka sangat positif walaupun dari anak-anak yang mereka damping berbeda-beda cara meresponya. Analisis ini menunjukkan bahwa dalam berinteraksi dengan anak-anak inklusi, setiap guru pendamping memiliki pendekatan unik yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan anak.

Tabel 15. Gambaran Proses Interaksi Identifikasi Guru Pendamping dan Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
USS menggunakan pendekatan berbeda dalam memberi nasihat kepada tiap anaknya sesuai karakter mereka, agar pesan lebih efektif diterima.	AB Anak-anak inklusi sering berusaha menghibur AB dengan mengajak berbicara.	FA Anak-anak inklusi merespons teguran dengan ungkapan sederhana dan mulai memahami dampak tindakan mereka, belajar mengingatkan diri untuk berhati-hati.	S Anak-anak inklusi sangat peka terhadap ekspresi emosional S, sering kali salah menafsirkan ketegangan sebagai kemarahan. Mereka berusaha memperbaiki perilaku dan memahami saat S meminta waktu untuk menenangkan diri, meskipun respons mereka masih kerap berulang.	OP menggunakan komunikasi singkat untuk menjelaskan kondisinya, yang cukup efektif dipahami anak-anak inklusi.

Gambaran Proses Interaksi Identifikasi Guru Pendamping dan Anak Inklusi

Dari kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP pernah memberitahukan tentang perlakuan anak inklusi yang membuat emosi dan stres. Analisis di atas menunjukkan bahwa setiap guru pendamping memiliki pendekatan yang berbeda dalam berkomunikasi dan memberikan nasihat kepada anak-anak inklusi.

Tabel 16. Gambaran Proses Interaksi identifikasi Guru Pendamping dan Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
USS menggunakan komunikasi sederhana untuk memberi tahu anak-anaknya tentang kondisinya, sehingga mereka tetap memahami tanpa menimbulkan kekhawatiran berlebihan.	AB memberi nasihat hanya ketika anak cukup paham, dan memilih sabar jika anak belum mampu memahami pesan yang disampaikan.	FA memberikan nasihat langsung dan pribadi, dan anak-anak inklusi mampu memahami serta peka terhadap suasana hatinya, menunjukkan ikatan emosional yang kuat.	S menggunakan strategi pura-pura "mengganti" anak-anak untuk menenangkan mereka, yang efektif menjaga suasana tetap kondusif dan memperkuat keterikatan mereka.	OP memberikan umpan balik tegas kepada anak-anak untuk menegaskan keseriusan instruksi dan memastikan mereka memahami kesalahan.

Gambaran Proses Interaksi Simpati Guru Pendamping dan Anak Inklusi

Dari kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP semua anak yang didampinginya menghibur dengan tingkah laku lucu masing-masing dari anak-anaknya. Anak-anak dalam kehidupan para guru pendamping memiliki peran penting dalam menciptakan suasana yang menghibur dan menyenangkan. Keseluruhan, anak-anak memiliki cara-cara unik yang membantu menciptakan yang menyenangkan dan mengurangi ketegangan di sekitar mereka.

Tabel 17. Gambaran Proses Interaksi Simpati Guru Pendamping dan Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
Z, anak USS, memiliki kepribadian ceria yang dapat menghibur orang di sekitarnya, terutama saat USS sedang tidak dalam mood, dengan tingkah lucu dan unik yang selalu berhasil mencerahkan suasana.	Anak-anak menghibur dengan cara sederhana, seperti berbicara atau menonton video bersama, untuk menciptakan suasana santai dan menyenangkan.	AB Anak-anak menghibur dengan bermain bersama, yang membantu mencairkan suasana dan memperbaiki hubungan, bahkan setelah konflik.	FA Informa terhibur tingkah anak-anak, terutama bercanda dan berinteraksi bersama, menciptakan momen lucu dan keakraban.	S OP oleh terhibur oleh kepolosan dan tingkah lucu anak-anak yang sering mengundangi tawa.

Gambaran Proses Interaksi Simpati Guru Pendamping dan Anak Inklusi

Dari kelima guru pendamping USS, AB, FA, S dan OP mereka mengakui bahwa anak-anaknya mampu menyesuaikan keadaan, tetapi memang harus diberikan arahan terlebih dahulu. Dalam analisis ini, dapat dilihat bahwa setiap guru pendamping menggambarkan pentingnya penyesuaian komunikasi dan perhatian terhadap kondisi emosional anak-anak, Secara keseluruhan, penyesuaian dalam berkomunikasi dan memberikan dukungan emosional yang tepat menjadi kunci dalam membantu anak-anak untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan mereka.

Tabel 19. Gambaran Proses Interaksi Simpati Guru Pendamping dan Anak Inklusi

USS	AB	FA	S	OP
USS menyesuaikan komunikasi dengan anak-anaknya dengan memilih kata-kata yang tepat agar pesan dapat	AB menyebutkan bahwa anak-anak dengan hambatan ringan lebih mudah	FA menjelaskan bahwa emosi anak-anak dapat menyesuaikan	S menjelaskan bahwa anak-anak memahami kondisi	Anak-anak dengan autisme memerlukan waktu lebih lama untuk menyesuaikan

dipahami, terutama karena anaknya yang kritis sering bertanya lebih lanjut. Anak-anaknya juga peka terhadap suasana hati dan menunjukkan perhatian saat ia merasa lelah.	menyesuaikan diri dan berkomunikasi, sementara anak-anak dengan hambatan berat membutuhkan pendampingan lebih intens.	dengan emosinya, menciptakan pemahaman timbal balik.	emosionalnya dan dapat diberi ruang untuk menenangkan diri saat sedang tidak mood.	diri, namun dapat melakukannya dengan dukungan yang tepat, meskipun perubahan dalam kebiasaan tetap sulit.
--	---	--	--	--

SIMPULAN

Gambaran stres yang terjadi pada kelima guru pendamping tidak bisa disamaratakan. Hasil menunjukkan bahwa guru pendamping USS, AB, FA S dan OP mendapatkan hasil stres sedang. Gambaran regulasi emosi yang terjadi pada kelima guru pendamping tidak bisa disamaratakan. Kelima guru pendamping, USS, AB, FA, S, dan OP, menunjukkan pendekatan yang tenang dan terkontrol dalam menghadapi konflik emosional yang mereka hadapi bersama anak inklusi. Masing-masing guru memiliki cara mengelola emosi secara profesional untuk memastikan kesejahteraan anak-anak yang mereka dampingi. USS dan OP mengungkapkan ketidaksenangan mereka dengan nada tegas, namun tanpa marah berlebihan. AB merasa kesal dan lelah menghadapi perilaku agresif anak, tetapi tidak sampai melibatkan kemarahan. FA merasa marah saat harus melakukan konsekuensi namun dalam bentuk pemahaman kepada anak, sementara S menggunakan ekspresi wajah sebagai bentuk ketegasan. Semua guru pendamping mengutamakan pengelolaan emosi yang stabil, dengan menghindari tindakan kekerasan dan berupaya menjaga situasi tetap terkendali.

Kelima guru pendamping, yaitu USS, AB, FA, S, dan OP, mengelola emosi dan stres dengan cara yang beragam dalam menjaga keseimbangan emosional, dukungan sosial, serta profesionalisme dalam mendampingi anak inklusi. Mereka menggunakan waktu pribadi untuk refleksi, dukungan sosial dari orang terdekat, dan aktivitas menyenangkan untuk meredakan stress dan emosi. USS dan OP cenderung menenangkan diri melalui waktu sendiri dan komunikasi terbuka, sementara AB, FA, dan S mengalihkan perhatian mereka melalui aktivitas yang memberikan kesenangan dan ketenangan. Dalam situasi yang berat, setiap guru pendamping menunjukkan kesabaran, koordinasi, serta pendekatan kolaboratif untuk menyelesaikan masalah, tanpa melepaskan tanggung jawab atau menyerah pada tekanan. USS dan OP lebih terfokus pada pendekatan individual dengan menganalisis masalah dan menjaga kedekatan dengan anak-anak yang didampingi, sementara AB, FA, dan S memanfaatkan dukungan dari tim serta komunikasi terbuka dengan kolega dan keluarga. Secara keseluruhan, kelima pendamping ini mengandalkan refleksi diri, kedekatan dengan sumber dukungan, dan komitmen terhadap peran mereka, yang ditunjukkan dengan beragam cara namun tetap konsisten menjaga emosi dalam menghadapi berbagai tekanan di lapangan.

Kelima guru pendamping USS, AB, FA, S, dan OP mencatat bahwa anak-anak inklusi yang mereka dampingi memiliki kemampuan untuk merasakan perubahan emosi di sekitar mereka, terutama emosi dari guru pendampingnya. Anak-anak inklusi menunjukkan tingkat kepekaan yang tinggi dan cenderung berusaha berinteraksi ketika guru mereka mengalami kondisi emosional yang kurang baik. Meskipun memiliki karakteristik dan respons berbeda, anak-anak ini berusaha menyesuaikan diri dan merespons kondisi emosional guru dengan empati dan perhatian, menciptakan suasana yang mendukung dan mempererat hubungan sosial di kelas. Dalam memberikan nasihat dan arahan, para guru pendamping memiliki metode unik yang disesuaikan dengan kebutuhan emosional dan kemampuan anak masing-masing. Misalnya, USS mengajarkan pengelolaan emosi dengan pendekatan yang tenang dan menggunakan kata-kata yang menenangkan. AB lebih mengutamakan komunikasi jelas dan sabar, sementara FA mendukung keterbukaan emosional dan pemahaman pribadi. Guru pendamping lainnya, seperti S dan OP, juga menyesuaikan komunikasi dengan memberi ruang bagi anak untuk menenangkan diri dan memahami instruksi secara efektif. Secara keseluruhan, para guru pendamping menunjukkan

bahwa interaksi positif antara guru dan anak-anak inklusi mampu menciptakan lingkungan yang mendukung secara emosional. Mereka merespons kondisi emosional guru dengan tingkah laku yang lucu dan menghibur, seperti yang terlihat pada anak-anak USS dan OP yang membuat suasana lebih ceria, serta anak-anak AB dan FA yang mencairkan suasana dengan interaksi sederhana dan bermain bersama. Penyesuaian komunikasi menjadi kunci utama bagi para guru pendamping untuk membantu anak-anak menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan. Setiap guru pendamping memastikan bahwa komunikasi mereka sesuai dengan tingkat pemahaman dan kondisi emosional anak, seperti yang terlihat pada anak-anak dengan hambatan ringan yang lebih cepat menyesuaikan diri dibandingkan anak-anak dengan hambatan berat. Para guru ini juga mencatat pentingnya memberi arahan yang jelas agar anak-anak inklusi dapat merespons kondisi emosional dengan cara yang tepat.

Guru pendamping juga dapat menghadapi siswa inklusi yang kurang kooperatif, seperti tantrum atau sulit diatur, yang merupakan beban stres dan fenomena mengajar di sekolah inklusi yang dapat diatasi oleh guru pendamping (Purna et al., 2024). Waldron & Mcleskey (2010) menyampaikan guru menghadapi kesulitan yang signifikan dalam mengendalikan perilaku yang mengganggu dari siswa. Selain itu, seorang guru inklusi harus memiliki keterampilan profesional yang kuat. Seorang guru inklusi diharapkan dapat mengontrol emosinya untuk mengurangi stres saat bekerja atau berkomunikasi dan berinteraksi dengan baik. Oleh karena itu, guru harus dapat mengendalikan emosi mereka dengan baik agar mereka dapat mengatasi emosi negatif secara positif (Purna et al., 2024). Mendukung hal ini, menunjukkan bahwa pendidik dapat mengatur emosi mereka untuk meningkatkan emosi positif dan mengurangi efek negatifnya. Pendidik yang tidak dapat mengatur emosi mereka akan dengan mudah mengalami kelelahan emosional (Jiang et al., 2016). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan lingkungan memiliki efek yang signifikan terhadap guru pendamping dalam hal mengurangi stres melalui kolaborasi, memberikan dukungan moral dan emosional, dan menyediakan solusi (Sitio & Diponegoro, 2023). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2020) Jadi, guru pendamping sering merasa lelah dan stres karena beberapa faktor yang memengaruhi, seperti anak yang tidak bisa kooperatif, seperti tantrum, dan susah diatur. Guru ini menyadari pentingnya merugulasi emosi mereka dan mencoba menenangkan diri melalui berbagai cara, seperti bermain HP dan berbicara dengan teman. Oleh karena itu, sangat penting bagi guru yang stres untuk mengontrol emosi mereka. Bagi guru pendamping, terkadang dibutuhkan usaha keras untuk mengelola stres yang tidak diinginkan selama mengajar, sementara pada saat yang sama, kepedulian terhadap siswa telah terbukti membuat pengajaran menjadi bermanfaat dan menyenangkan. Ketika seorang guru mampu mengendalikan emosinya saat marah terhadap situasi yang sedang dihadapi dan tetap mampu mengekspresikan emosinya dengan cara yang positif, maka guru tersebut cukup mampu untuk mengekspresikan emosinya (Dariyo, 2017). Mengubah sikap, pola pikir, keyakinan, dan pandangan yang tidak rasional dan tidak logis menjadi yang rasional dan logis adalah cara untuk mengubah emosi negatif ke positif. untuk mengoptimalkan pengembangan diri untuk mengatasi gangguan emosional seperti ketakutan, rasa bersalah, kecemasan, kegelisahan, dan kemarahan (Surya, 2003, dalam Nurhidayatullah & Salmiati, 2022). Strategi untuk mengatur emosi dari stres berbeda-beda tergantung pada kapan strategi tersebut paling efektif dalam proses regulasi (Gross & John, 2003). Berdasarkan fenomena dan penelitian menunjukkan bahwa strategi untuk melakukan regulasi emosi pada guru pendamping sangat diperlukan. Pentingnya dukungan sosial dan teknik individual dalam menghadapi stres di tempat kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Bali, M. M. E. Iq. (2017). Model interaksi sosial dalam mengelaborasi keterampilan sosial. *Jurnal Pedagogik*, 04(02), 211–227.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design qualitative quantitative and mixed methods approaches* (H. Salmon, C. Neve, M. O’Heffernan, & D. C. Felts, Eds.; Fifth Edition). SAGE Publications.

- Dariyo, A. (2017). Hubungan antara persahabatan dan kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup remaja relationship between friendship and emotion intelligence with life satisfaction of adolescent. *Jurnal Psikogenesis*, 5(2), 168–179.
- Dhoka, F. A., Poang, F., Dhey, K. A., & Lajo, M. Y. (2023). Pendidikan inklusi sebagai upaya mengatasi permasalahan sosial bagi anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Inklusi Citra Bakti*, 1(1), 20–30. <https://doi.org/10.38048/jpicb.v1i1.2109>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Gross, J. J., & 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(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations* (J. J. Gross, Ed.). The Guilford Press.
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih. (2019). Self-compassion dan regulasi emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 148–156. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.7740>
- Hasyati, B. M., & Widyasari, P. (2023). Hubungan antara self-compassion dengan burnout pada guru sekolah dasar inklusif. *JPK (Jurnal Pendidikan Khusus)*, 19(1), 29–42.
- Jiang, J., Vauras, M., Volet, S., & Wang, Y. (2016). Teachers' emotions and emotion regulation strategies: self- and students' perceptions. *Teaching and Teacher Education*, 54, 22–31. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2015.11.008>
- Maenner, M. J., Shaw, K. A., Bakian, A. v., Bilder, D. A., Durkin, M. S., Esler, A., Furnier, S. M., Hallas, L., Hall-Lande, J., Hudson, A., Hughes, M. M., Patrick, M., Pierce, K., Poynter, J. N., Salinas, A., Shenouda, J., Vehorn, A., Warren, Z., Constantino, J. N., Cogswell, M. E. (2021). Prevalence and characteristics of autism spectrum disorder among children aged 8 years autism and developmental disabilities monitoring network, 11 Sites, United States, 2018. *MMWR. Surveillance Summaries*, 70(11), 1–16. <https://doi.org/10.15585/mmwr.ss7011a1>
- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi & pendidikan anak berkebutuhan khusus (jilid 1)* (F. Mangunsong, Ed.; 1st ed., Vol. 1).
- Mukarom, Z. (2020). *Teori-teori komunikasi* (A. Iwan. Setiawan, Ed.; 1st ed., Vol. 1). UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Hidayah, M. (2020). Regulasi emosi guru pendamping/shadow teacher di sekolah inklusi.
- Hutapea, B. (2011). Emotional intelligence dan psychological well-being pada manusia lanjut usia anggota organisasi berbasis keagamaan di jakarta. <https://www.researchgate.net/publication/282322865>
- Nurhasanah, N. (2023). Regulasi emosi pada guru anak berkebutuhan khusus (studi fenomenologi sekolah luar biasa x). *Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam*, 2(2), 12–28.
- Nurhidayatullah, D., & Salmiati. (2022). Penerapan teknik acting opposite untuk meningkatkan emosi positif siswa di smp negeri 23 makassar. *Jurnal J-BKPI*, 02(01), 31–43.
- Purna, R. S., Pratama, W., Silawati, Y., & Angraini, F. (2024). Hubungan regulasi emosi dan efikasi diri pada guru pendamping di sekolah inklusif padang. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 19(1), 88–102. <https://doi.org/http://doi.org/10.26905/jpt.v19.i1.12931>
- Salamah, E. Ri. (2022). Pentingnya interaksi guru dan siswa dalam pembelajaran jarak jauh . *Jurnal Online Universitas Muhammadiyah Surabaya*, 72–82.
- Sembiring, A. A. (2023, April 20). Guru SLB aniaya anak difabel hingga memar dan muntah-muntah. *Tribun Medan*.
- Sitio, D. K., & Diponegoro, A. M. (2023). Studi fenomenologi: Coping stress guru pendamping khusus wanita di sekolah kristen kalam kudus pontianak. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(2), 2661–2682.
- Swan, K. (2001). Virtual interaction: Design factors affecting student satisfaction and perceived learning in asynchronous online courses. *Distance Education*, 22(2), 306–331. <https://doi.org/10.1080/0158791010220208>

- Viero, D. Aristya., & Sari, N. I. P. (2023). Peran komunikasi interpersonal guru dalam meningkatkan interaksi sosial anak berkebutuhan khusus di sekolah inklusif. *Jurnal ilmiah Komunikasi*, 5(2), 235–247.
- Waldron, N. L., & McLeskey, J. (2010). Inclusive school placements and surplus/deficit in performance for students with intellectual disabilities: Is there a connection? *Life Span and Disability* , 13(1), 29–42.
- Wulan, D. K., & Sari, N. (2015). Regulasi emosi dan burnout pada guru honorer sekolah dasar swasta menengah kebawah. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 4(2), 74–82. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/JPPP.042.05>
- Yin, H., Huang, S., & Chen, G. (2019). The relationships between teachers' emotional labor and their burnout and satisfaction: A meta-analytic review. In *Educational Research Review* (Vol. 28). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2019.100283>