**PENYESUAIAN DIRI PADA GURU DI SD INKLUSI**

**Raden Rara Fitriana Nurbaiti Putri**

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

radenrara43@gmail.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana proses penyesuaian diri yang telah dilakukan guru umum yang berperan sebagai guru ABK di SD Inklusi Kundur, Kepulauan Riau. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 3 orang dengan karakteristik guru ABK yang tidak berlatar belakang PLB, berperan sebagai guru ABK di SD Inklusi, Kepulauan Riau, dan mendidik ABK yang berada di sekolah tersebut, pernah mendapat pelatihan khusus tentang ABK, dan memiliki masa bakti minimal 5 tahun. Berdasarkan hasil penelitian, ketiga partisipan menghadapi permasalahan internal maupun eksternal, melakukan usaha penyesuaian diri, memiliki faktor pendukung dan telah telah mencapai kondisi terbaik menurut mereka sendiri dengan melewati proses yang berbeda.

**Kata Kunci**: Penyesuaian diri, guru umum, sekolah inklusi, ABK (Anak Berkebutuhan Khusus)

**SELF-ADJUSMENT ON TEACHER IN INCLUSIVE SD**

**Raden Rara Fitriana Nurbaiti Putri**

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

radenrara43@gmail.com

**Abstract**

The Objective of this research is to understand how a process of self-adjusment who has been undertaken by a general teacher who played a special role for a special need child at Kundur Inclusive SD, Kepulauan Riau. There are three participants in this study who haven’t had a background as a teacher with the characteristics of special needs. One of the teachers who educates the children at this school, only ever have a special training and have an experience on it for five years. This research was carried in qualitative phenomenology. Based on the result of the study, all three participants face both internal and external problems. They tried to have the efforts to do the self-adjustment and to fit in with supporting factors and having reached their best by going through different processes.

**Keyword:** Self-adjusment, General Teacher, Inclusive School, Special Need Child

**PENDAHULUAN**

Menurut Apriastuti dan Karwanto (2014), sensus nasional tahun 2010 menunjukkan bahwa angka ABK (usia 5-18 tahun) telah mencapai 21,42% dari keseluruhan jumlah anak berkebutuhan khusus dengan berbagai kekurangan atau kecacatan, atau dengan jumlah sekitar 330.764 anak. Data tersebut menunjukkan bahwa paling tidak ada 330.764 ABK yang memerlukan pelayanan pendidikan khusus di Indonesia. Sedangkan menurut Atmaja (2018) jumlah ABK di Indonesia sudah mencapai 1,4 juta orang pada tahun 2014. Sementara, jumlah SLB di beberapa daerah masih terbatas, padahal ABK banyak tersebar hampir di seluruh daerah. Hal ini juga yang menjadi salah satu faktor terbentuknya sekolah inklusi.

Menurut Nursucianti dan Supradewi (2014) guru SLB berbeda dengan profesi guru biasa. Perbedaan itu terletak pada tugas masing-masing. Guru SLB mempunyai tugas lebih sulit dibandingkan dengan guru biasa, terutama dalam menangani anak didiknya. Guru SLB bertugas mendidik anak-anak yang kurang normal, sedangkan guru biasa bertugas mendidik anak-anak normal. Gordon (dalam Nursucianti dan Supradewi, 2014) berpendapat bahwa tugas-tugas guru SLB antara lain harus bersikap terbuka, penuh perhatian, membuat situasi saling tergantung antara guru dan murid, serta memenuhi kebutuhan murid dan juga kebutuhannya sendiri. Sedangkan tugas-tugas guru biasa menurut Sadirman (dalam Nursucianti dan Supradewi, 2014) adalah sebagai informator, organisator, motivator, pengarah, inisiator ide-ide, transmiter atau penyebar pengetahuan, fasilitator, mediator, dan evaluator atau prestasi anak didik maupun tingkah lakunya.

Kurangnya tenaga pendidik ABK yang berlatarbelakang PLB (Pendidikan Luar Biasa), membuat guru dengan latarbelakang PGSD mendapat tugas untuk membimbing dan mendidik ABK di sekolah inklusi. Dengan begitu, penelitian ini akan membahas bagaimana proses penyesuaian diri yang telah dilakukan dan dilewati oleh partisipan saat berpindah dari situasi yang biasanya dihadapi kepada situasi yang baru untuk masing-masing partisipan.

**METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Creswell (2013) menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang-oleh sejumlah individu atau sekelompok orang-dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Penelitian kualitatif mencari data tidak untuk melakukan generalisasi, karena penelitian kualitatif meneliti proses bukan meneliti permukaan yang nampak. Metode penelitian kualitatif menekankan pada metode penelitian observasi dan dialog (wawancara mendalam) di lapangan dan datanya dianalisa dengan cara non-statistik. Pendekatan kualitatif menekankan pada makna dan pemahaman dari dalam (*verstehen*), penalaran, definisi suatu situasi tertentu (dalam konteks tertentu), lebih banyak meneliti hal-hal yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penyesuaian diri didefinisikan sebagai suatu usaha manusia untuk menguasai tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha untuk memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, serta usaha menyelaraskan hubungan individu dengan realitas (Schneiders dalam Darsitawati dan Budisetyani, 2015). Berdasarkan penelitian ini, permasalahan yang dialami oleh partisipan 1 terbagi menjadi dua, yaitu permasalahan internal (penolakan dari ABK yang baru) dan eksternal (rasa lelah hingga ingin menyerah, dan emosi yang *nano-nano* seperti marah, tertawa, dan merasa ABK itu lucu). Permasalahan yang dihadapi partisipan 2 adalah internal (*mood* yang sedang tidak baik, merasa lelah, dan kesulitan menghadapi ABK tunarungu) sedangkan permasalahan eksternal yang dihadapi partisipan 2 adalah (mendapatkan penolakan saat interaksi awal dengan ABK). Seperti partisipan lainnya, partisipan 3 juga menghadapi permasalahan internal (butuh waktu cukup lama untuk menerima peran berada di lingkungan ABK, mudah merasa emosi saat awal mendampingi ABK, butuh kesabaran yang lebih untuk mendampingi ABK, bahasa menjadi kendala dalam membimbing ABK, terkadang emosi dan merasa bosan hingga lelah terutama saat mata pelajaran matematika, dan ada saat ingin menyerah untuk membimbing ABK), dan permasalahan eksternal yang dihadapi adalah (mengalami kesulitan saat interaksi awal dengan ABK).

Menurut Atwater (dalam Darsitawati dan Budisetyani, 2015) penyesuaian diri *(adjustment)* merupakan perubahan yang terjadi dalam diri individu dan lingkungan sekitar untuk mencapai hubungan yang memuaskan dengan individu lain dan lingkungan sekitar. Berdasarkan penjelasan di atas, usaha penyesuaian diri yang dilakukan partisipan 1 adalah dengan meredam amarah dan bermain *smartphone* lalu keluar dari ruang kelas (internal) dan juga melakukan komunikasi dua arah (eksternal). Sedangkan partisipan 2 melakukan usaha penyesuaian diri dengan cara melakukan *coping* seperti keluar kelas dan ngobrol dengan rekan kerja (internal), melakukan komunikasi dua arah dengan orangtua ABK (eksternal). Kemudian pada partisipan 3, usaha penyesuaian diri yang dilakukan adalah memikirkan cara menyampaikan maksud dengan ABK, memilih keluar kelas saat sudah tidak tahan dengan ABK, berusaha bersabar agar tetap dapat membimbing ABK, dan memilih untuk memberi tugas yang mudah agar ABK tidak banyak bertanya (internal). Sedangkan usaha penyesuaian yang dilakukan partisipan secara (eksternal) adalah saat kesulitan membimbing ABK biasanya ia berkonsultasi dengan rekan kerja, terkadang ia juga curhat dengan keluarga namun lebih sering dengan rekan kerjanya.

Faktor pendukung yang membuat partisipan berusaha menyesuaikan diri juga terbagi menjadi dua, internal maupun eksternal. Pada partisipan 1, faktor (internal) yang muncul adalah adanya rasa perduli terhadap ABK, menganggap ABK adalah bagian dari jalan hidupnya, tidak ingin ABK dianggap cacat oleh masyarakat dan merasa kesal apabila ABK dimarahi oleh guru lain. Sedangkan faktor pendukung lainnya adalah adanya motivasi dari kepala sekolah, rekan kerja yang menjadi tempat bercerita, dan suami sebagai tempat curhat dan memberi dukungan (eksternal). Pada partisipan 2, yang menjadi faktor (internal) adalah adanya keinginan dari hati, merasa kasihan dengan ABK, adanya pandangan pribadi bahwa ABK memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing, tidak ingin ABK dibedakan dengan anak normal oleh masyarakat, dan menganggap perilaku ABK menyenangkan. Sedangkan pada partisipan 3, faktor (internal) yang muncul adalah menganggap kekurangan ABK harus diterima dan dipahami, adanya keinginan untuk bersosialisasi dengan ABK agar menciptakan hubungan yang harmonis. Faktor lain (eksternal) yang mempengaruhi adalah adanya dukungan dari kepala sekolah dan rekan guru yang lain.

Setelah melewati proses penyesuaian diri, partisipan 1 sudah merasa nyaman dan mencintai ABK, mampu bertahan sebelas tahun, ingin memunculkan bakat yang dimiliki ABK, dan merasa kehilangan saat ABK tidak hadir ke sekolah. Sedangkan partisipan 2, sudah merasa dekat dan nyaman sehingga terbiasa menghadapi ABK, rasa lelah jadi hilang saat melihat ABK berinteraksi dengan bahasanya sendiri, dan tidak ada dampak psikis yang dialami. Pada partisipan 3, ia lebih memilih membimbing dan mendidik anak normal, karena ABK banyak kesulitannya, ia juga merasa masih berat untuk membimbing ABK.

Proses penyesuaian diri yang dilakukan partisipan dipengaruhi oleh beberapa faktor, faktor tersebut diungkapkan oleh Schneiders (dalam Ali dan Asrori dalam Pritaningrum dan Hendriani, 2013). Meliputi kepribadian, proses belajar dan lingkungan. Kepribadian yang dimaksud adalah.

Kemauan dan kemampuan untuk berubah (*modifiability*). Kemauan dan kemampuan untuk berubah merupakan karakteristik kepribadian yang pengaruhnya sangat menonjol terhadap proses penyesuaian diri. Kemauan dan kemampuan itu muncul dan berkembang melalui proses belajar. Individu yang bersungguh-sungguh belajar untuk dapat berubah, kemampuan penyesuaian dirinya akan berkembang juga. Pada partisipan 1, hal ini muncul pada usaha penyesuaian diri partisipan secara internal yaitu berusaha untuk meredam amarah. Sedangkan pada partisipan 2, kemauan untuk berubah muncul pada usaha penyesuaian diri yang juga secara internal yaitu melakukan *coping* berupa (keluar kelas, ngobrol dengan rekan kerja) agar tidak semakin memperburuk suasana hati yang akan berdampak pada ABK. Pada partisipan ke 3, kemauan muncul secara internal untuk berusaha memikirkan bagaimana cara untuk menyampaikan maksud kepada ABK, dan berusaha bersabar untuk tetap membimbing ABK. Ia juga mencoba bersosialisasi dengan ABK agar tercipta hubungan yang harmonis.

Faktor lainnya dalah pengaturan diri (*self regulation*). Pengaturan diri sama pentingnya dengan proses penyesuaian diri dan pemeliharaan stabilitas mental, kemampuan untuk mengatur diri, dan mengarahkan diri. Pada partisipan 1, hal ini muncul pada usaha penyesuaian diri secara internal yaitu usaha untuk meredam amarah dan memilih bermain *smartphone* hingga keluar dari kelas untuk menghindari buruknya suasana hati partisipan. Pada partisipan 2, ia melakukan *coping* berupa (keluar kelas, ngobrol dengan rekan kerja) agar tidak memperburuk *mood* partisipan. Sedangkan pada partisipan 3, pengaturan diri juga muncul pada usaha penyesuaian diri secara internal, yaitu memilih keluar kelas saat sudah merasa tidak tahan dengan ABK.

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan utama yang sangat penting atau bahkan tidak ada yang lebih penting dalam kaitanya dengan penyesuaian diri individu. Lingkungan masyarakat juga menjadi faktor yang dapat berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri. Pada partisipan 1, keluarga (suami) menjadi faktor pendukung eksternal untuk menyesuaikan diri berada di lingkungan ABK. begitu pula dengan lingkungan sekitar seperti rekan kerja yang lain dan kepala sekolah yang mendukung partisipan untuk membimbing ABK. Seperti partisipan 1. partisipan 2 juga mendapat dukungan eksternal dari kepala sekolah, rekan kerja, dan suaminya. Sedangkan pada partisipan 3, ada dukungan eksternal dari kepala sekolah dan rekan guru yang lain, namun tidak ada dukungan dari keluarga. Tabelringkasanhasilpenelitianterlampirpadalampiran.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kedua partisipan sudah memiliki penyesuaian diri yang baik dalam membimbing ABK di sekolah inklusi. Sedangkan partisipan ketiga masih dalam proses mencapai penyesuaian diri tersebut. Meskipun ketiga partisipan bukan berlatar belakang PLB (Pendidikan Luar Biasa) melainkan PGSD (Pendidikan Guru Sekolah Dasar), proses yang sudah dilakukan menunjukkan adanya penyesuaian diri yang cukup baik dari kondisi sebelumnya menuju suatu kondisi yang baru. Namun satu dari ketiga partisipan belum menunjukkan adanya kemampuan menyesuaikan diri yang baik sehingga belum mampu menerima posisi saat ini dengan sepenuh hati. Belum menunjukkan adanya kemampuan menyesuaikan diri yang baik yang dimaksud adalah perbedaan dengan kedua partisipan lainnya yang membimbing ABK atas niat dari hati, bukan sekedar menjalankan tugas dari kepala sekolah SD Negeri 017 Kundur.

Penyesuaian diri melibatkan beberapa faktor yaitu motivasi, sikap terhadap realitas, dan pola dasar penyesuaian diri. Salah satu partisipan memiliki perbedaan dengan dua partisipan yang lain. Perbedaan terletak pada alasan partisipan menerima peran untuk membimbing ABK. Dari hasil analisis data, ditemukan 8 tema inti yaitu 1) perduli dengan ABK, 2) tanggungjawab dengan tugas yang diberikan, 3) penolakan terhadap ABK, 4) rasa ingin menyerah, 5) kerjasama yang baik, 6) bingung dengan keputusan diri sendiri, 7) penyesuaian diri, 8) kemampuan mengontrol emosi. Ketiga partisipan memiliki variasi dalam memunculkan tema tersebut. Partisipan 1 hanya memunculkan 6 tema, partsipan 2 memunculkan 7 tema, dan partisipan 3 memunculkan 8 tema.

Tema yang paling dominan muncul dari partisipan 1 adalah penyesuaian diri dan perduli dengan ABK, partisipan 2 dominan memunculkan tema perduli dengan ABK, sedangkan partisipan 3 yang dominan memunculkan tema penyesuaian diri. Berdasarkan wawancara dengan informan, data yang diperoleh mendukung wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti dengan partisipan. perbedaan tema pada ketiganya adalah partisipan 3 memiliki tema khusus yang tidak dimiliki kedua partisipan. Perbedaan lainnya adalah walaupun ketiganya tidak berlatar belakang PLB, namun sebelumnya partisipan 1 pernah mengajar di SLB. Sehingga kedua partisipan lainnya banyak mendapat pengetahuan baru dari partisipan 1. Diantara ketiganya, partisipan 3 yang paling menunjukkan perasaan keberatan membimbing ABK. Baik dari wawancara, observasi, dan juga data dari informan. Partisipan 3 menerima peran tersebut hanya karena sudah ditugaskan oleh kepala sekolah.

Seluruh partisipan pada awalnya mengalami penolakan dan kesulitan mendampingi ABK. Namun seiring berjalannya waktu, maka semakin bertambah usia ABK. Partisipan sudah mulai mampu untuk menyesuaikan diri dengan ABK dan mengerti cara menghadapi mereka. Tentu saja ada rasa lelah saat mendampingi ABK, namun berkat kerjasama yang baik mereka saling menguatkan. Hal ini muncul pada partisipan 1 dan 2. Partisipan 3 juga melakukan hal yang sama, namun tidak sebanyak partisipan lainnya. Ia lebih memilih untuk tidak membahas dan menyimpannya sendiri. Ketiganya sudah mampu mengontrol emosi apabila suasana hati sedang tidak dalam kondisi baik. Mereka memiliki cara masing-masing agar emosinya tidak berdampak pada ABK. Hal itu tentu saja tidak lepas dari motivasi dalam diri mereka dan motivasi yang diberikan oleh orang-orang di sekitarnya.

**DAFTAR PUSTAKA**

Apriastuti Nur Mita., Karwanto. (2014). Manajemen Sekolah Inklusi di SD Negeri Baibatan V Surabaya**.** *Jurnal Inspirasi Manajemen Pendidikan*, 3(3), 156-167

Atmaja, JR. (2018). Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus. PT Remaja Rosdakarya: Bandung.

Creswell, J.W. (2013). *Research Design*: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan *Mixed* (3th ed.). Pustaka Pelajar: Yogyakarta

Darsitawati, I Gusti Ayu Putri dan Budisetyani, I Gusti Ayu Putu Wulan. (2015). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Diri Pada Perempuan Usia Pramenopause di Denpasar Selatan. *Jurnal Psikologi Udayana,* 2(1), 1-12.

Nursucianti Zulfi., SupradewiRatna.(2014). Hubungan antara Stres Kerja dengan Penyesuaian Diri pada Guru SLB di Lingkungan Kerjanya. *Jurnal Proyeksi*, 9(2),75-90.