

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU
PROSOSIAL GURU DI SLB NEGERI SEMARANG**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro untuk
Memenuhi Syarat Guna Mencapai Derajat Sarjana Psikologi**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

Ganesya Aisyah Karaben

15010115120034

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

2019

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU
PROSOSIAL GURU DI SLB NEGERI SEMARANG**

Ganesya Aisyah Karaben
15010115120034

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

ABSTRAK

Tuntutan kerja dan tanggungjawab yang berat pada guru sekolah luar biasa menyebabkan perilaku prososial guru menjadi rendah karena guru merasa stress dan tertekan. Perilaku prososial merujuk pada tindakan sukarela yang bertujuan untuk menolong atau memberikan keuntungan kepada seseorang ataupun kelompok, karena benar-benar bersimpati dengan orang yang ditolong. Perilaku prososial dipengaruhi oleh *mood* atau suasana hati, yang mana untuk mengelola suasana hati dibutuhkan strategi regulasi emosi. Regulasi emosi adalah kemampuan untuk mengelola emosi yang berguna untuk memantau, menilai, dan mengubah respons dari emosi yang dialami untuk tujuan tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial guru di SLB Negeri Semarang. Populasi penelitian ini yaitu guru di SLB Negeri Semarang dengan jumlah sampel penelitian 50 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan Skala Regulasi Emosi (26 aitem valid, $\alpha = 0,934$) dan Skala Perilaku Prososial (35 aitem valid, $\alpha = 0,947$). Hasil analisis non parametrik *Spearman Rho* menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial dengan koefisien korelasi antar variabel sebesar 0,814, nilai signifikansi = 0,000 ($p < 0,5$). Semakin tinggi regulasi emosi maka semakin baik perilaku prososialnya dan semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah pula perilaku prososialnya.

Kata kunci: regulasi emosi, perilaku prososial, guru

BAB I

Pendahuluan

A. Latar Belakang

Disabilitas atau berkebutuhan khusus merupakan istilah yang digunakan untuk menyebutkan anak-anak yang mengalami hambatan belajar dan perkembangan baik dalam hal fisik, indrawi, intelektual, sosial, dan emosional (Mangunsong, 2009). Meskipun mengalami hambatan, para penyandang disabilitas tetap berhak mendapatkan fasilitas pendidikan seperti anak normal lainnya. Hal ini telah diatur dalam Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang hak-hak bagi penyandang disabilitas, salah satunya yaitu mengenai fasilitas pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus. UU Sisdiknas (dalam Mangunsong, 2011) menjelaskan bahwa istilah pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus disebut pendidikan khusus dan pendidikan layanan khusus. Fasilitas pendidikan yang diberikan bukan hanya berupa fasilitas tempat, tetapi tentu saja membutuhkan dukungan dari guru.

Guru merupakan profesi yang mulia, tidak terkecuali bagi guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus. Menurut Munandar (1999) guru merupakan profesi yang bertugas untuk mendidik dan mendorong perkembangan intelektual, pertumbuhan sikap serta nilai pada anak. Guru di sebuah sekolah luar biasa bukanlah profesi yang mudah untuk dijalani. Ketidakmudahan tersebut tentu saja karena guru di sekolah luar biasa menangani siswa berkebutuhan khusus yang membutuhkan perlakuan berbeda juga ditambah tuntutan pekerjaan dan tugas yang

melebihi dari guru yang mengajar siswa normal di sekolah reguler. Penelitian yang dilakukan oleh Widiastuti, Sulistiani, dan Kurniawan (2017) mengenai beban kerja mental guru di SLB-B, menunjukkan hasil bahwa beban kerja mental guru SLB termasuk dalam kategori tinggi. Penelitian yang dilakukan Istiqomah (2015) mengenai dinamika empati guru anak berkebutuhan khusus (ABK) di SDLB Putra Jaya Malang menghasilkan deskripsi berupa tugas guru di sekolah luar biasa bukan hanya sebatas mengajar mengikuti panduan guru, akan tetapi juga menerapkan berbagai perilaku seperti menolong siswa membersihkan diri, memberikan terapi yang dibutuhkan, membersihkan luka, mengajak jalan-jalan, *home visit*, dan menganggap profesinya sebagai sebuah pengabdian untuk anak berkebutuhan khusus yang dilakukan semata-mata untuk kebaikan siswa, yaitu agar siswa menjadi lebih mandiri dan lebih baik lagi.

Hasil wawancara yang dilakukan kepada 3 orang guru SLB Negeri Semarang, ketiganya mengatakan bahwa tugas guru di SLB tidak hanya membuat laporan dan mengajar dengan metode yang biasa seperti di sekolah reguler, akan tetapi mengajar dengan pendekatan secara individual ke masing-masing anak untuk mengetahui sejauh mana kebutuhan, kemampuan, bakat, dan potensi siswa berkebutuhan khusus. Tugas-tugas tambahan seperti membantu mengajarkan anak rawat diri, mendampingi siswa saat lomba, menggantikan guru lain ketika berhalangan hadir juga dilakukan. Kegiatan lain di luar tugas mengajar guru yang dilakukan secara sukarela di antaranya yaitu menemani siswa yang sakit, menenangkan siswa saat marah, membantu membersihkan luka bila siswa terjatuh, dan menemani anak ketika jam di luar kelas atau istirahat.

Gambaran tugas guru di sekolah luar biasa yang tidak hanya mengajar seperti di sekolah pada umumnya tetapi juga memberikan berbagai keterampilan sebagai bentuk pengabdian kepada anak berkebutuhan khusus dan berbagai perilaku menolong lain di luar tugas sebagai guru yang dilakukan secara sukarela dapat disebut sebagai perilaku prososial. Sebagaimana dijelaskan dalam Ormrod (2008) perilaku prososial merupakan perilaku yang bertujuan memberikan keuntungan bagi orang lain, lebih dari untuk diri sendiri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yusroni (2012) tentang perilaku prososial pada guru sekolah luar biasa yang melibatkan informan berjumlah 6 orang guru, menghasilkan proses dari perilaku prososial antara guru dengan anak berkebutuhan khusus yaitu berupa pemberian bantuan guru kepada siswa dengan mengajarkan berbagai keterampilan, sehingga siswa dapat bermanfaat untuk keluarga maupun masyarakat. Bentuk-bentuk perilaku prososial guru kepada anak berkebutuhan khusus berdasarkan penelitian Yusroni (2012) yaitu guru mengembangkan bakat dan minat siswa di berbagai bidang seperti bidang vokal, musik, tartil Al Quran, tari, lukis, serta memberikan modal berupa keterampilan membuat hiasan kaligrafi dan menjahit.

Berdasarkan penjelasan di atas, jelas bahwa guru inilah yang membantu anak-anak disabilitas dan juga sebagai fasilitator sebagai upaya untuk memberikan manfaat berupa keterampilan dan juga pendidikan bagi anak. Pemberian manfaat tersebut juga bersifat sukarela sebagai bentuk pengabdian tanpa adanya tujuan mencari keuntungan seperti penjelasan Batson dan Powell (dalam Franzoi, 2009) menekankan bahwa perilaku prososial adalah perilaku yang bersifat sukarela. Sebuah penelitian oleh Farhaya dan Wahyudi (2015) tentang studi deskriptif

perilaku prososial pada guru di sekolah inklusi SDN Putraco Indah Bandung menunjukkan bahwa 76,9% yaitu sebanyak 8 orang subjek memiliki perilaku prososial yang tinggi dan 23,1% yaitu sebanyak 3 orang subjek memiliki perilaku prososial yang rendah karena guru merasa tertekan dan stress saat menghadapi siswa berkebutuhan khusus ditambah dengan tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab yang berat. Penelitian Ghani, Ahmad, dan Ibrahim (2014) menemukan bahwa tingkat stress guru sekolah luar biasa berada pada kategori sedang, dengan penyebab utama stress guru adalah perilaku dari siswa berkebutuhan, diikuti dengan beban kerja, kesulitan waktu dan sumber daya, penghargaan, dan hubungan interpersonal.

Fenomena yang terjadi di SLB Negeri Semarang berdasarkan wawancara dengan guru, orang tua yang berperan untuk menolong anak saat di sekolah. Salah satu guru mengungkapkan, ditunggunya anak oleh orangtua sudah berlangsung sejak lama, namun saat ini jumlah orangtua yang menunggu siswa lebih banyak karena jumlah siswa yang bertambah pula. Bertambahnya jumlah siswa tentu saja mempengaruhi perilaku menolong guru kepada siswa. Bila dahulu saat jumlah siswa masih sedikit, guru masih mampu untuk sekedar membantu anak ke toilet, menemani siswa pada saat jam istirahat dengan menyuapi anak saat makan apabila anak memang tidak mampu, dan memberikan pengawasan kepada anak secara langsung tanpa melibatkan orangtua lebih jauh.

Berdasarkan wawancara pihak guru SLB Negeri Semarang, menolong anak ke toilet saat ini dibantu oleh orang tua siswa karena jumlah siswa yang bertambah banyak. Dari hasil wawancara, salah satu guru mengatakan bahwa apabila guru

yang bergerak sendiri membantu salah satu siswa ke toilet, maka kelas akan menjadi kacau karena tidak ada yang mengajar. Biasanya anak-anak akan berlarian ke luar kelas dan hal ini lebih merepotkan guru. Guru mengaku kesulitan mengatur anak kembali ke dalam kelas bila terjadi hal semacam ini karena menambah beban pekerjaan dan membuat suasana hati tidak baik. Guru yang mengajar di kelas antara 1-2 orang. Untuk kelas yang diampu oleh dua orang guru, masing-masing memiliki tanggungjawab atas beberapa murid yang dibagi menjadi separuh dari jumlah siswa sesuai kesepakatan dari guru.

Selain itu, pendampingan dan pengawasan siswa ketika jam istirahat dilakukan oleh orang tua siswa. Hanya beberapa guru saja yang masih melakukan pendampingan saat jam istirahat kepada siswa yang tidak ditunggu orang tua, akan tetapi kebanyakan siswa sudah didampingi langsung oleh orang tuanya masing-masing. Pendampingan dan pengawasan saat jam istirahat ini tidak tercantum dalam *standard operating procedure* (SOP) guru SLB Negeri Semarang, tetapi biasanya guru melakukannya dengan sukarela untuk menemani siswa ketika jam istirahat. Saat ini guru lebih memilih beristirahat saat jam istirahat karena sudah ada orang tua yang menemani siswa.

Pendampingan siswa oleh orang tua ini bukanlah kebijakan dari sekolah, melainkan keinginan dari masing-masing orang tua siswa. Mengingat beban tugas guru yang berat, ditambah dengan alasan yang telah disebutkan (ketika guru memberikan pertolongan kepada satu anak, maka kelas akan kacau). Dengan adanya orang tua di sekolah sedikit banyak membantu meringankan beban pekerjaan guru di SLB Negeri Semarang. Meskipun demikian, orang tua dapat

menyebabkan siswa menjadi tidak mandiri karena terlalu bergantung dengan orang tuanya.

Hal ini juga semakin memperkecil kesempatan guru untuk berperilaku prososial karena adanya orang tua yang menunggu siswa di sekolah. Bahkan membuat kesadaran guru untuk berperilaku prososial menjadi rendah karena terbiasa mengandalkan orang tua dalam hal membantu siswa di sekolah. Seperti yang dikatakan pada penelitian yang dilakukan oleh Latane dan Rodin (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2003) bahwa seseorang cenderung lebih suka memberikan pertolongan pada saat sendirian dibandingkan saat ada orang lain yang turut hadir pada situasi darurat. Kebersamaan dengan orang lain cenderung menyebabkan seseorang melimpahkan tanggung jawab kepada oranglain. Hasil penelitian Farhaya dan Wahyudi (2015) dampak dari tingkat perilaku prososial guru yang rendah dapat menyebabkan orang tua siswa harus turun tangan menemani siswa di kelas. Terjadi hal yang demikian dikarenakan guru kurang dapat mengendalikan suasana kelas, sehingga orang tua yang mendisiplinkan anak agar mau mengikuti pelajaran dengan tertib. Selain itu, penelitian Coghlan (2015) menghasilkan bahwa tingkat perilaku prososial individu yang rendah, dapat dikarenakan perasaan memiliki pada suatu kelompok yang rendah.

Hasil wawancara dengan guru SLB Negeri Semarang menyebutkan bahwa sering kali siswa berkebutuhan khusus rewel dan mengamuk di kelas karena tidak ingin ditinggal di dalam kelas oleh orang tuanya. Tetapi pihak sekolah tetap memberikan kebijakan kepada orang tua untuk tidak menunggu anak di dalam kelas agar proses belajar mengajar dan interaksi antara guru dengan siswa dapat berjalan

secara maksimal. Saat terjadi hal semacam ini, guru harus membujuk anak agar anak mengikuti kegiatan di dalam kelas yang diakui oleh guru SLB Negeri Semarang sering kali menyebabkan suasana hati guru menjadi tidak baik. Apabila anak masih tetap tidak mau, guru biasanya membiarkan anak melakukan kegiatan yang disukai.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru, SLB Negeri Semarang merupakan sekolah rujukan, yaitu sebagai SLB Negeri sentra terbesar di Jawa Tengah. SLB Negeri Semarang melayani berbagai ketunaan seperti tuna netra, tuna rungu, tuna grahita, tuna wicara, tuna daksa, dan autisme yang tentu saja berbeda bila dibandingkan dengan SLB lain yang biasanya hanya melayani satu ketunaan. Berbagai fasilitas dan terapi juga disediakan di SLB Negeri Semarang yang tentu saja berbeda dengan SLB lain yang belum tentu melayani terapi atau hanya melayani beberapa terapi untuk anak. Pelayanan terhadap berbagai ketunaan ini tentu saja menyebabkan permasalahan yang harus dihadapi guru menjadi lebih kompleks, sehingga tuntutan terhadap guru juga menjadi lebih berat bila dibandingkan dengan sekolah-sekolah yang lain.

Jumlah siswa di SLB lain sebagai contoh SLB C Putra Mandiri yang beralamat di Banyumanik, Kota Semarang memiliki jumlah siswa sebanyak 19 anak yang dibagi menjadi 7 rombongan belajar dengan jumlah guru 8 orang. Artinya, satu rombongan belajar hanya mengampu 2-3 orang murid. Sedangkan, SLB Negeri Semarang memiliki jumlah murid sebanyak 517 yang dibagi menjadi 84 rombongan belajar artinya, satu rombongan belajar berisi 6-7 orang murid. Apabila di SLB lain masih memungkinkan bagi guru menangani dan menolong

anak tanpa melibatkan orangtua karena jumlah murid yang terbilang sedikit, di SLB Negeri Semarang cenderung melibatkan orangtua karena jumlah siswa yang banyak.

Sarwono dan Meinarno (2009) mengungkapkan bahwa perilaku prososial dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti sifat, jenis kelamin, tempat tinggal, dan suasana hati atau *mood*. Menurut Sarwono dan Meinarno (2009), suasana hati berpengaruh yaitu ketika individu sedang merasakan suasana hati yang gembira maka individu menjadi lebih suka berperilaku menolong. Sedangkan, ketika individu sedang mengalami suasana hati yang sedih, individu cenderung bersikap tidak peduli kepada orang lain sehingga menyebabkan dirinya enggan menolong orang lain. Hasil penelitian Muryadi dan Matulesy (2012), religiusitas dan kecerdasan emosi sama-sama mempengaruhi perilaku prososial pada guru sebesar 48,6%. Sedangkan sisanya yaitu 51,4% merupakan faktor lain yang mempengaruhi perilaku prososial, salah satunya yaitu suasana hati. Dijelaskan bahwa individu termotivasi untuk menolong pada saat berada dalam suasana hati yang baik.

Perilaku prososial sering dikaitkan dengan perilaku menolong karena memang menurut Myers (2012) perilaku prososial sangat erat kaitannya dengan tindakan yang bersifat menolong, membangun, dan positif. Beberapa penelitian telah meneliti efek *mood* atau suasana hati pada berbagai bentuk perilaku prososial, penelitian yang dilakukan oleh William (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2003) menemukan bahwa suasana hati cukup mempengaruhi perilaku prososial, yaitu pada individu yang *moodnya* sedang baik cenderung suka memberikan pertolongan, sedangkan pada individu yang *moodnya* kurang baik, cenderung kurang suka

menolong. Hal ini terjadi karena *mood* mampu mempengaruhi kesiapan seseorang untuk memberikan pertolongan (Berkowitz, dalam Dayakisni & Hudaniah, 2003).

Guru SLB Negeri Semarang saat diwawancara memberikan keterangan bahwa suasana hati cukup mempengaruhi pelayanan pada siswa berkebutuhan khusus. Salah satu guru lebih memilih meninggalkan siswa di kelas ketika suasana hatinya sedang tidak baik, sedangkan dua orang lainnya bersikap keras kepada anak namun tetap membantu siswa mengerjakan tugas-tugas kelas. Suasana hati tersebut merujuk pada istilah yang disebut dengan emosi, didefinisikan oleh King (2010) sebagai perasaan, atau afeksi yang dapat melibatkan rangsangan fisiologis, pengalaman sadar, dan ekspresi perilaku. Feldman (2012) menjelaskan fungsi emosi yaitu untuk menyiapkan suatu tindakan, membentuk perilaku di masa mendatang dengan belajar, dan membantu untuk melakukan interaksi yang lebih efektif dengan orang lain. Menurut House (2018), emosi juga memegang peranan penting sebagai kunci psikologis bagaimana suatu norma mampu mempengaruhi prososialitas. Akin, Voondervort, dan Hamlin (2018), menemukan bahwa emosi positif memungkinkan individu untuk berperilaku prososial.

Menurut Jennings & Greenberg (2009) keadaan emosional yang kurang baik dapat menimbulkan ketidakinginan untuk berperilaku prososial, ketika orang yang ditolong tidak mengembalikan *mood* negatif mereka menjadi *mood* yang positif. Demikian juga bagi seorang guru yang mengalami kelelahan emosional berisiko menjadi sinis dan tidak berperasaan, sehingga individu merasa kebingungan antara tetap menjadi guru atau berhenti, dan akhirnya memutuskan untuk berhenti dari dunia pendidikan. Sejalan dengan penelitian tentang peran

emosi positif pada guru tuna grahita yang dilakukan Khoiriyah dan Khaerani (2015) menunjukkan bahwa emosi positif ternyata berperan untuk memotivasi guru dalam memberikan pelayanan untuk anak berkebutuhan khusus.

Menurut Jennings & Greenberg, (2009) guru yang kompeten secara sosial dan emosional tahu bagaimana cara mengelola emosi dan tingkah laku serta bagaimana mengelola hubungan dengan orang lain, bahkan mampu untuk mengatur tingkah laku ketika emosi terangsang karena situasi yang menantang. Taxer dan Gross (2018), menemukan bahwa tujuan guru mengatur emosi adalah untuk mengatur efektivitas mengajar agar lebih profesional dan mampu mengatur perilaku siswa di sekolah. Rolston & Lloyd-Richardson (2015) mengungkapkan bahwa istilah yang umumnya digunakan untuk menggambarkan kemampuan seseorang untuk mengelola dan merespons secara efektif pengalaman emosionalnya disebut dengan regulasi emosi. Individu secara tidak sadar menggunakan strategi regulasi emosi untuk mengatasi situasi sulit sepanjang hari. Sebagian besar individu menggunakan berbagai strategi regulasi emosi dan mampu mengaplikasikannya pada situasi yang berbeda untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan (Rolston & Lloyd-Richardson, 2015).

Studi yang dilakukan oleh Restina dan Mardiawan (2017) mengenai regulasi emosi guru di SLB ABCD X Kota Bandung, menghasilkan gambaran bahwa dari 12 orang guru yang diteliti, 2 orang mampu untuk meregulasi emosinya, sedangkan 10 orang lainnya mengalami kesulitan dalam meregulasi emosinya atau mengalami disregulasi emosi. Hasil penelitian tersebut cukup mewakili bahwasanya saat ini masih banyak guru yang mengalami kesulitan dalam

meregulasi emosinya. Hal ini tentu saja berpengaruh pada perilaku sehari-hari guru di sekolah.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial guru SLB?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris mengenai hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial guru SLB.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Memberikan tambahan informasi pada bidang psikologi pendidikan dan psikologi sosial yang berkaitan dengan regulasi emosi dan perilaku prososial pada guru luar biasa

2. Manfaat praktis

- a. Bagi SLB Negeri Semarang, sebagai sumber pengetahuan tentang hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi pendukung dan juga masukan untuk penelitian selanjutnya.