



Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus

ISSN: 2598-5183 (Print) ISSN: 2598-2508 (Electronic)

Journal homepage: <https://jpkk.ppi.unp.ac.id/index/jpkk>
Email: jpkk@ppi.unp.ac.id



Strategi Coping Guru SLB dalam Menghadapi Tantangan Mengajar Anak Berkebutuhan Khusus

Fardinand Azis Wiratmaja¹, Anniez Rachmawati Musslifah², Sri Ernawati³

^{1,2,3}Universitas Sahid Surakarta, Indonesia

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

Terkirim, July 27, 2025

Diterima, Nov 10, 2025

Publish, Nov 21, 2025

Kata Kunci:

Strategi coping;
Guru SLB;
Anak berkebutuhan khusus.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis strategi coping yang digunakan oleh guru Sekolah Luar Biasa (SLB) dalam menghadapi berbagai tantangan saat mengajar anak berkebutuhan khusus. Pendekatan penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain fenomenologis yang menekankan pemahaman mendalam terhadap pengalaman subjektif guru dalam konteks nyata dan keseharian profesional mereka. Partisipan penelitian terdiri atas lima guru dari SLB Anugerah Colomadu, yang dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria pengalaman mengajar, keterlibatan aktif di sekolah, serta kesediaan untuk berbagi pengalaman secara terbuka dan reflektif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi non-partisipatif, kemudian dianalisis menggunakan pendekatan tematik untuk menemukan pola-pola makna dalam pengalaman guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru menerapkan dua bentuk utama strategi coping, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Bentuk coping tersebut diwujudkan melalui diskusi dengan rekan sejawat, penguatan hubungan positif dengan orang tua peserta didik, refleksi diri, aktivitas spiritual, serta penerimaan terhadap kondisi kerja sebagai bentuk pengabdian dan tanggung jawab moral. Strategi ini terbukti membantu guru dalam mengelola tekanan emosional, menyeimbangkan tuntutan profesional dan personal, serta meningkatkan ketahanan psikologis dalam menjalankan peran mereka. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan sosial, baik internal maupun eksternal, sangat penting sebagai fondasi bagi penguatan kapasitas guru dalam menghadapi kompleksitas pembelajaran, dinamika emosional, dan tuntutan profesional di lingkungan SLB.

ABSTRACT

This study aims to identify and analyze the coping strategies used by Special Needs School (SLB) teachers in facing various challenges when teaching children with special needs. This research approach uses a qualitative method with a phenomenological design that emphasizes an in-depth understanding of teachers' subjective experiences in the real context and their daily professional lives. The research participants consisted of five teachers from SLB Anugerah Colomadu, selected through purposive sampling technique based on the criteria of teaching experience, active involvement in the school, and willingness to share experiences openly and reflectively. Data were collected through in-depth interviews and non-participatory observation, then analyzed using a thematic approach to find patterns of meaning in the teachers' experiences. The results show that teachers apply two main forms of coping strategies: problem-focused coping and emotion-focused coping. These forms of coping are manifested through discussions with colleagues, strengthening positive relationships with students' parents, self-reflection, spiritual activities, and acceptance of work conditions as a form of devotion and moral responsibility. These strategies have been proven to help teachers manage emotional stress, balance professional and personal demands, and increase psychological resilience in carrying out their roles. These findings confirm that social support, both internal and external, is very important as a foundation for strengthening teachers' capacity in dealing with the complexity of learning, emotional dynamics, and professional demands in the SLB environment.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License. This license lets others remix, tweak, and build upon your work even for commercial purposes, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms ©2018 by author and Universitas Negeri Padang.

Corresponding Author:

Anniez Rachmawati Musslifah

Afiliasi: Prodi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora dan Seni, Universitas Sahid Surakarta. Indonesia

Email: anniez@usahidsolo.ac.id

Pendahuluan

Pendidikan merupakan hak fundamental setiap individu, termasuk anak-anak dengan kebutuhan khusus. Sekolah Luar Biasa (SLB) adalah lembaga pendidikan yang menjadi bagian terpadu dari sistem pendidikan nasional yang secara khusus diselenggarakan bagi peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental, dan sosial, namun tetap memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa (Nasution, Anggraini, & Putri, 2022). Proses pembelajaran di SLB memiliki kompleksitas yang tinggi dibandingkan dengan pendidikan umum, karena setiap peserta didik memiliki karakteristik, kebutuhan, serta kemampuan belajar yang sangat beragam.

Mengajar di SLB merupakan profesi yang menuntut kesiapan fisik, emosional, dan psikologis. Guru SLB dihadapkan pada keberagaman hambatan yang dimiliki peserta didik, seperti hambatan intelektual, fisik, perilaku, hingga komunikasi. Kondisi ini menuntut guru tidak hanya menguasai strategi pembelajaran yang adaptif, tetapi juga memiliki ketahanan psikologis untuk mengelola stres kerja yang muncul. Zuhdi dan Harsiwi (2024) menegaskan bahwa guru SLB sering menghadapi tantangan dalam pengelolaan emosi siswa, penyampaian materi, serta pemilihan metode pembelajaran yang sesuai, yang berimplikasi pada tingginya tingkat stres emosional dan fisik.

Peran guru SLB menjadi sangat krusial dalam memastikan terlaksananya pendidikan yang inklusif dan bermakna bagi peserta didik berkebutuhan khusus. Tanggung jawab guru tidak hanya terbatas pada aspek akademik, tetapi juga mencakup pembinaan moral, sosial, dan emosional anak agar dapat berkembang secara optimal sesuai potensi masing-masing.

Tugas mulia ini menuntut keterampilan mengajar yang spesifik, kesabaran yang tinggi, serta kesiapan mental dan emosional yang prima dari para guru. Setiap peserta didik di SLB memiliki tantangan yang khas, mulai dari hambatan intelektual, autisme, down syndrome, hingga gangguan sensorik dan motorik. Keberagaman ini membuat beban kerja guru semakin kompleks dan menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi. Sebagai contoh, penelitian Rustandar dan Widinarsih (2023) menyoroti adanya berbagai metode dan media pembelajaran yang dapat diadaptasi oleh guru untuk penyandang autisme di Indonesia, dengan fokus pada pengembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik mereka.

Dalam menjalankan perannya, guru SLB menghadapi berbagai tantangan yang tidak umum dijumpai di sekolah reguler. Kompleksitas kebutuhan peserta didik, keterbatasan sumber daya, dan tekanan sosial merupakan faktor yang memperberat beban kerja mereka. Muhbar dan Rochmawati (2019) menyebutkan bahwa stres pada guru SLB disebabkan oleh beban kerja yang berlebihan serta kondisi kerja yang tidak memadai. Faktor-faktor seperti kurangnya fasilitas, dukungan institusi, dan ekspektasi sosial yang tinggi tanpa penghargaan yang sepadan turut memperburuk tingkat stres tersebut.

Apabila stres ini tidak dikelola secara tepat, maka dapat menimbulkan dampak negatif yang serius terhadap kesehatan mental guru, seperti kelelahan emosional, kecemasan, bahkan

burnout. Kondisi ini pada akhirnya akan menurunkan kualitas pembelajaran dan mengganggu hubungan interpersonal di lingkungan kerja. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi coping yang efektif dan adaptif agar guru mampu mengelola tekanan psikologis secara konstruktif. Strategi coping yang tepat diharapkan tidak hanya mereduksi tingkat stres, tetapi juga mendukung profesionalisme, meningkatkan kualitas layanan pendidikan, dan menjaga ketahanan psikologis guru dalam jangka panjang.

Salah satu pendekatan yang relevan untuk memahami bagaimana guru merespons tekanan adalah melalui konsep coping stress yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1984). Coping merupakan usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan eksternal maupun internal yang dianggap melebihi kapasitasnya. Lazarus dan Folkman membedakan coping ke dalam dua jenis utama, yaitu problem-focused coping, yang berorientasi pada penyelesaian masalah secara langsung, dan emotion-focused coping, yang berfokus pada pengelolaan emosi akibat stres.

Dalam konteks guru SLB, kedua bentuk coping ini sangat relevan untuk dikaji secara mendalam. Misalnya, saat menghadapi perilaku siswa yang menantang, seorang guru dapat menggunakan strategi pembelajaran alternatif (problem-focused) atau menenangkan diri melalui doa, istirahat, atau berbagi cerita dengan orang terdekat (emotion-focused). Namun, hingga saat ini, masih terbatas penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi strategi coping yang digunakan oleh guru SLB di Indonesia, terutama dalam konteks kerja sehari-hari di ruang kelas.

Pemahaman terhadap strategi coping yang digunakan guru SLB menjadi penting, tidak hanya untuk menggambarkan bagaimana mereka bertahan dan beradaptasi dalam lingkungan kerja yang menantang, tetapi juga sebagai dasar untuk merancang intervensi yang mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis dan profesional guru. Penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada faktor penyebab stres atau tingkat stres yang dialami guru, bukan pada strategi adaptif yang digunakan untuk menghadapinya. Padahal, dalam konteks lokal seperti Kabupaten Karanganyar, khususnya di SLB Anugerah Colomadu, dinamika sosial dan budaya turut memengaruhi cara individu mengelola stres.

SLB Anugerah Colomadu merupakan salah satu lembaga pendidikan luar biasa di Kabupaten Karanganyar yang melayani peserta didik dengan berbagai hambatan. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara informal, diketahui bahwa guru-guru di SLB ini menghadapi tantangan dalam proses pembelajaran. Namun demikian, guru-guru tersebut tetap menunjukkan dedikasi tinggi dalam menjalankan peran mereka. Fenomena ini menarik untuk diteliti guna menggali lebih lanjut bentuk-bentuk strategi coping yang digunakan, bagaimana strategi tersebut dikembangkan, serta faktor-faktor yang memengaruhi efektivitasnya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis strategi coping yang digunakan oleh guru-guru di SLB Anugerah Colomadu dalam menghadapi tantangan mengajar anak berkebutuhan khusus. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoritis dan praktis, khususnya dalam pengembangan program peningkatan kapasitas guru, serta menjadi dasar bagi perumusan kebijakan pendidikan inklusif yang lebih adaptif dan responsif terhadap kebutuhan guru di SLB.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis, yang bertujuan untuk memahami pengalaman subjektif guru dalam menghadapi stres saat mengajar anak berkebutuhan khusus (ABK), serta strategi coping yang mereka terapkan dalam menjalankan tugas profesional. Menurut Sugiyono (2010), penelitian kualitatif dilakukan pada kondisi obyek yang alamiah, di mana peneliti menjadi instrumen utama dan data dikumpulkan secara induktif melalui teknik seperti purposive sampling, triangulasi, dan analisis data yang menekankan makna daripada generalisasi. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menggali makna yang mendalam dari pengalaman nyata guru-guru di Sekolah Luar Biasa (SLB), khususnya dalam menghadapi tantangan yang bersifat psikologis, emosional, dan profesional.

Subjek penelitian ini adalah guru-guru di SLB Anugerah Colomadu, Kabupaten Karanganyar, yang secara aktif mengajar peserta didik dengan berbagai ragam kebutuhan khusus. Pemilihan partisipan dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan fokus penelitian, seperti telah memiliki pengalaman mengajar minimal satu tahun, aktif di SLB tersebut, dan bersedia mengikuti proses wawancara secara mendalam. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak lima orang guru, dengan pertimbangan ketercukupan data (data saturation) dan kedalaman informasi yang diperoleh.

Tabel 1. Profil Partisipan Penelitian

Kode	Jenis Kelamin	Usia (tahun)	Lama Mengajar	Jenis Disabilitas Siswa Dominan	Status Pernikahan
R	Laki-Laki	35	10 tahun	Autisme & Tunarungu	Menikah
S	Laki-laki	28	3 tahun	Tunarungu	Menikah
N	Perempuan	39	15 tahun	Down Syndrome	Menikah
RN	Perempuan	47	4 tahun	Tunadaksa & Autisme	Menikah
A	Laki-laki	24	3 tahun	Tunagrahita ringan	Menikah

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur, observasi non-partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman, persepsi, dan strategi coping para guru, sementara observasi digunakan untuk menangkap perilaku dan interaksi guru dalam konteks kelas. Seluruh proses wawancara direkam (dengan persetujuan partisipan), lalu ditranskrip secara verbatim untuk dianalisis.

Analisis data dilakukan secara tematik dengan langkah-langkah:

1. *Transcribing* hasil wawancara secara verbatim,
2. *Open coding* terhadap pernyataan yang relevan,
3. Pengelompokan kode ke dalam subtema dan tema utama (*axial coding*),
4. Penafsiran dan penyusunan narasi hasil (*selective coding*).

Proses ini dilakukan secara induktif, mengikuti prosedur data condensation dan data display dari Miles dan Huberman (2014). Data dianalisis menggunakan bantuan perangkat lunak NVivo 12 Plus untuk memastikan konsistensi dalam pengkodean.

Keabsahan data dijaga melalui empat aspek *trustworthiness* (Lincoln & Guba, 1985):

1. *Credibility*: dilakukan melalui member checking dan peer debriefing.
2. *Transferability*: penyajian konteks penelitian secara rinci agar dapat diterapkan pada situasi serupa.
3. *Dependability*: audit trail dilakukan terhadap seluruh proses penelitian.
4. *Confirmability*: triangulasi sumber dan metode digunakan untuk meminimalkan bias peneliti.

Penelitian ini mengacu pada konsep coping dari Lazarus dan Folkman (1984), yang membedakan dua bentuk strategi coping utama, yaitu emotion-focused coping dan problem-focused coping. Emotion-focused coping mencakup usaha untuk mengelola emosi negatif yang timbul akibat stres, seperti menerima keadaan, mencari dukungan emosional, menghindari stresor, serta mencari makna positif dari situasi yang dihadapi. Sementara itu, problem-focused coping merujuk pada strategi yang berfokus pada penyelesaian langsung terhadap sumber masalah, seperti mengembangkan strategi pembelajaran baru, merancang solusi, atau mengelola kelas secara aktif.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara dengan lima guru dari SLB Anugerah Colomadu yaitu R, S, N, RN, dan A, ditemukan bahwa strategi coping stres yang mereka gunakan sangat beragam dan kontekstual. Analisis tematik menghasilkan dua tema utama yang merepresentasikan strategi coping yang digunakan guru, yaitu: (1) problem-focused coping, dan (2) emotion-focused coping. Kedua strategi ini berfungsi secara komplementer dan dinamis tergantung pada konteks stresor yang dihadapi guru dalam aktivitas mengajar. Para guru menghadapi tekanan psikologis yang bersumber dari kompleksitas kondisi siswa, tingginya beban kerja dan tanggung jawab pendidikan, hingga konflik interpersonal dengan orang tua siswa. Namun demikian, mayoritas dari mereka menunjukkan kemampuan adaptif yang tinggi dengan mempraktikkan strategi coping yang bersifat problem-focused maupun emotion-focused, sebagaimana dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman (1984) dalam teori transaksional stres dan coping.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), problem-focused coping merupakan upaya individu dalam mengubah situasi stres yang dihadapinya secara langsung, sementara emotion-focused coping menekankan pada regulasi emosi individu dalam merespons stres. Dalam konteks pendidikan luar biasa, strategi coping menjadi sangat krusial karena guru SLB tidak hanya dituntut memahami kebutuhan akademik anak berkebutuhan khusus (ABK), tetapi juga aspek psikososial mereka.

Salah satu tantangan paling menonjol yang dirasakan para guru adalah tingginya heterogenitas siswa dalam satu kelas serta keterbatasan adaptasi kurikulum. Hampir semua informan menyoroti kesulitan dalam mengelola kelas yang berisi siswa dengan berbagai jenis disabilitas seperti autisme, tunagrahita, tunarungu, dan kombinasi di antaranya, yang memiliki tingkat kemampuan serta kebutuhan berbeda. Guru R menggambarkan tantangan

tersebut: *“Kelas saya isinya campuran ada yang tunarungu, tunagrahita, dan autis. Susah ngaturinya, kadang yang satu teriak, yang lain jadi ikut gaduh.”*

Untuk mengatasi hal itu, R menggunakan strategi *problem-focused coping* dengan memodifikasi pendekatan pembelajaran dan mengutamakan penyelesaian masalah secara langsung. Ia menuturkan: *“Saya cenderung menyelesaikan sendiri dulu masalah dengan anak dan orang tua, kalau sudah jelas baru lanjut pembelajaran.”* Pendekatan ini mencerminkan kemampuan reflektif dan improvisasi pedagogis yang tinggi. Sejalan dengan temuan Kartikasari & Purwanto (2021), fleksibilitas metode dan evaluasi berkelanjutan menjadi kunci efektivitas mengajar di kelas dengan tingkat keragaman tinggi.

Hal serupa juga ditunjukkan oleh Guru A yang mengandalkan kreativitas dalam mencari solusi: *“Kalau cara A nggak bisa, ya cari cara lain. Saya suka mencoba hal baru.”* Pernyataan ini menunjukkan kecenderungan *active coping* dan *problem-solving behavior*. A menilai bahwa eksplorasi metode baru dan kolaborasi dengan rekan kerja dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan efektivitas kerja. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sunarno & Wijaya (2022) yang menyebutkan bahwa keterampilan komunikasi interpersonal dan kolaborasi antar guru berperan penting dalam mengelola stres di lingkungan pendidikan khusus.

Guru S juga menampilkan bentuk coping yang aktif dan bermakna. Ia menuturkan bahwa tekanan kerja di SLB tidak hanya berasal dari tugas mengajar, tetapi juga dari kondisi emosional anak-anak yang kehilangan figur keluarga. Ia berkata: *“Anak-anak di sini kebanyakan kehilangan kenyamanan dirawat orang tuanya. Shock-nya itu panjang. Obatnya cuma penerimaan dan keikhlasan.”* Meskipun menyadari beratnya kondisi tersebut, S berusaha tetap produktif dan menemukan makna dalam pekerjaannya: *“Di sini cari berkahnya, di luar cari supaya lancar. Karena di sini kita sudah bantu anak-anak seperti ini.”* Strategi ini menunjukkan perpaduan antara *problem-focused* dan *meaning-focused coping*, di mana tindakan solutif diimbangi dengan makna spiritual sebagai sumber daya emosional.

Berbeda dengan R, A, dan S, Guru RN menekankan pentingnya penerimaan diri dan spiritualitas dalam menghadapi tekanan kerja. Ia mengungkapkan: *“Saya enggak stres soalnya saya memang senang anak-anak... yang menurut orang nggak lucu, menurut saya lucu.”* RN mengelola stres dengan memaknai pekerjaan sebagai bentuk pengabdian dan ibadah. Ia juga menerapkan batas profesional yang sehat ketika menghadapi konflik dengan orang tua siswa: *“Kalau dari panti ya saya lempar ke panti. Soalnya kan memang ada job desknya masing-masing.”* Strategi ini memperlihatkan kemampuan *emotion regulation* dan penerimaan spiritual yang mendalam. Pandangan RN memperkuat temuan Yulianingsih & Hastuti (2020), bahwa persepsi positif dan makna spiritual terhadap pekerjaan dapat menjadi buffer terhadap stres kerja guru.

Guru N juga menggunakan strategi serupa melalui pendekatan *cognitive reappraisal* dan penerimaan. Ia menuturkan: *“Kalau kamu belum mau atau ngambek, ya udahlah let it flow aja mengikuti mereka.”* Menurutnya, stres bukanlah hal yang perlu dilawan, melainkan dikelola dengan fleksibilitas dan empati. N juga menyebut bahwa tantangan terbesar justru berasal dari orang tua siswa: *“Tantangannya justru dari orang tua, karena kadang mereka pasrah tapi punya ekspektasi tinggi.”* Dalam situasi tersebut, N mengandalkan dukungan sosial dan spiritualitas untuk menenangkan diri dan menumbuhkan kembali motivasi mengajar. Hal ini sejalan

dengan Fadilah & Marjohan (2020) yang menjelaskan bahwa religiusitas dan dukungan sosial memainkan peran penting dalam mengurangi stres kerja guru SLB.

Dukungan sosial dari keluarga dan rekan kerja juga muncul sebagai sumber kekuatan emosional bagi seluruh partisipan. Sebagaimana disampaikan RN: *"Kalau lagi capek, suami dan anak saya malah nyuruh istirahat, itu sudah cukup bikin tenang."* Temuan ini memperkuat hasil penelitian Tanjung & Kurniawati (2022) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga dapat meningkatkan resiliensi guru dalam menghadapi tekanan kerja yang berat dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, kelima guru menunjukkan strategi coping yang fleksibel, kontekstual, dan disesuaikan dengan jenis tekanan yang mereka alami. Saat menghadapi tekanan teknis seperti kesulitan pengelolaan kelas atau penyusunan RPP, mereka menggunakan *problem-focused coping* berupa penyesuaian materi, pendekatan individual, serta pengelompokan siswa berdasarkan kemampuan. Namun ketika menghadapi tekanan emosional atau konflik interpersonal, strategi yang dominan adalah *emotion-focused coping* seperti mencari dukungan sosial, menenangkan diri, berdoa, atau mengalihkan perhatian pada hal positif.

Kombinasi kedua strategi tersebut menggambarkan kemampuan adaptif yang tinggi, sebagaimana dikemukakan oleh Lazarus & Folkman (1984) bahwa coping merupakan proses dinamis antara individu dan lingkungannya. Selain itu, munculnya *meaning-focused coping* pada beberapa partisipan memperkaya temuan ini. Spiritualitas dan rasa makna terhadap pekerjaan menjadi sumber resiliensi psikologis, sesuai dengan konsep *meaning-making* yang dikemukakan oleh Park (2010), bahwa pencarian makna hidup dapat menurunkan dampak negatif stres terhadap kesejahteraan mental.

Keberhasilan guru SLB Anugerah Colomadu dalam menghadapi stres kerja tidak hanya ditentukan oleh kemampuan profesional semata, melainkan juga oleh kapasitas reflektif, dukungan sosial, dan makna spiritual yang mereka hayati dalam profesinya. Strategi coping yang paling menonjol adalah penerimaan, *problem-solving* aktif, serta pencarian makna (*meaning-making*) yang memungkinkan mereka tetap stabil secara emosional dalam menghadapi situasi kompleks.

Dengan demikian, strategi coping guru SLB bersifat multidimensional menggabungkan aspek kognitif, emosional, sosial, dan spiritual yang secara bersama-sama menjaga ketahanan psikologis dan keberlanjutan profesionalisme mereka sebagai pendidik anak berkebutuhan khusus.

Kesimpulan

Penelitian ini mengidentifikasi beragam tantangan yang dihadapi oleh guru SLB dalam mengajar anak berkebutuhan khusus (ABK), meliputi heterogenitas siswa dan kesulitan adaptasi kurikulum, perilaku siswa yang sulit dikelola, dinamika kompleks dengan orang tua, stigma sosial dari masyarakat, beban kerja berlebih dan minimnya dukungan institusional, serta keterbatasan literatur yang relevan. Tantangan-tantangan ini menunjukkan kompleksitas peran guru SLB yang tidak hanya berhadapan dengan aspek pedagogis, tetapi juga emosional dan sosial.

Untuk mengatasi tantangan tersebut, guru-guru SLB menerapkan berbagai strategi coping yang dapat dikategorikan sebagai *problem-focused coping* dan *emotion-focused*

coping. Strategi problem-focused coping diwujudkan melalui pendekatan individual dan fleksibilitas pembelajaran serta pencarian informasi dan metode baru. Sementara itu, emotion-focused coping terlihat dari sikap penerimaan dan keikhlasan terhadap kondisi anak dan pekerjaan, upaya memisahkan diri dari masalah yang tidak dapat dikendalikan, serta praktik aktivitas rekreatif dan self-care. Selain kedua strategi tersebut, beberapa partisipan juga menunjukkan penggunaan meaning-focused coping yang memperkaya temuan penelitian ini. Spiritualitas dan pemaknaan positif terhadap pekerjaan menjadi sumber utama resiliensi psikologis bagi guru.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa guru SLB adalah individu yang resilien, mampu beradaptasi dan mengembangkan strategi coping yang efektif untuk menjaga kesejahteraan psikologis mereka di tengah tantangan yang unik. penelitian Rizqianti et al. (2022) juga menyoroti faktor-faktor kunci yang mendukung keberhasilan tugas guru dalam mendampingi ABK. Faktor-faktor ini meliputi penerimaan yang baik terhadap ABK dari seluruh komunitas sekolah, kerja sama erat antara guru SLB dengan orang tua siswa, serta kolaborasi yang kuat di antara sesama guru dan dukungan dari pihak terkait seperti dinas pendidikan. Hal ini menegaskan bahwa keberhasilan pengajaran guru SLB tidak hanya bergantung pada kompetensi individual, tetapi juga pada ekosistem dukungan yang komprehensif.

Daftar Rujukan

- Fadilah, N., & Marjohan. (2020). Hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan stres kerja pada guru SLB. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 45–52.
- Hidayat, A., & Mulyani, A. (2020). Tantangan guru SLB dalam pembelajaran inklusif di masa pandemi. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 15(2), 85–93.
- Kartikasari, Y., & Purwanto, E. (2021). Fleksibilitas pedagogis dalam pengajaran ABK di SLB. *Jurnal Inklusi Pendidikan*, 10(1), 112–124.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. sage.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., Saldana, J., & Rohidi, T. R. (1996). *F. Analisis Data. Implementasi Kurikulum Merdeka Di Sekolah*, 61.
- Muhbar, M., & Rochmawati, R. (2019). Stres kerja pada guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di lembaga pendidikan nonkonvensional. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(2), 143–152. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.2.2017.82-86>
- Nasution, F., Anggraini, L. Y., & Putri, K. (2022). Pengertian pendidikan, sistem pendidikan SLB, dan jenis-jenis SLB. *Jurnal Edukasi Nonformal*.
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257–301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
- Rizqianti, N. A., Ningsih, P. K., Ediyanto, E., & Sunandar, A. (2022). Implementasi Tugas Guru Pembimbing Khusus Serta Kendala sebagai Tenaga Pendidik Profesional di Sekolah Inklusi Kota Surabaya. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 6(1), 67-75. DOI: <https://doi.org/10.24036/jpkk.v6i1.609>

-
- Rustandar, A., & Widinarsih, D. (2023). Metode dan Media Pembelajaran untuk Pendidikan Inklusi bagi Penyandang Autis di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 7(1), 38-56. DOI: <https://doi.org/10.24036/jpkk.v7i1.743>
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sunarno, A., & Wijaya, D. (2022). Kompetensi interpersonal guru dalam mengelola stres kerja di SLB. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 14(3), 233–240.
- Tanjung, F., & Kurniawati, D. (2022). Peran dukungan keluarga terhadap ketahanan stres guru SLB. *Jurnal Psikologi Terapan*, 8(2), 76–83.
- Wiragita, G. A., & Tobing, D. H. (2018). Stressor dan coping stress guru yang dimutasi dari sekolah reguler ke Sekolah Luar Biasa (SLB). *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 440–449.
- Yulianingsih, D., & Hastuti, R. (2020). Persepsi positif terhadap pekerjaan sebagai pelindung stres pada guru SLB. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 39–47.
- Zuhdi, S. H., & Harsiwi, N. E. (2024). Tantangan dalam mendidik anak berkebutuhan khusus di SLB PGRI 01 Kamal. *Pengertian: Jurnal Pendidikan Indonesia (PJPI)*, 2(2), 225–232.