

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Inklusi yang sukses tergantung pada terapis, guru anak usia dini berkebutuhan khusus, dan dari pengaturan inklusif yang mampu mengakomodasi setiap kebutuhan anak. Proses stress terdiri dari profil guru anak berkebutuhan khusus di TK, penyebab stress pada guru, interpretasi guru terhadap stress, upaya koping guru terhadap stress, dan dampak stress guru anak berkebutuhan khusus di TK. Proses stress yang terjadi pada guru perempuan anak berkebutuhan khusus di TK berbeda sesuai dengan latar belakang guru, kompetensi terkait ABK masih kurang, dan semakin tua usianya cenderung memiliki stress pada kategori berat dan kemampuan koping yang berfokus pada masalah lebih lemah dibandingkan dengan guru yang lebih muda. Semakin guru memiliki pengalaman terkait anak berkebutuhan khusus, maka semakin rendah guru mengalami stress. Penyebab guru anak berkebutuhan khusus mengalami stress yaitu adanya faktor lingkungan terkait pengaturan lingkungan inklusif dan karakter ABK termasuk masalah perilaku anak, masalah emosi anak, dan juga kondisi fisik anak. Penyebab lain guru mengalami stress adalah faktor organisasi yang terdiri dari *role demands* (beban pekerjaan: administrasi sekolah, tugas guru, dan juga tugas selaku karyawan sekolah/ non-akademik), *interpersonal demands* (baik itu dengan rekan kerja, kepala sekolah, maupun orangtua), *organizational structure* (kurangnya support baik dari guru, kepala sekolah maupun orangtua yang dan juga sistem sekolah), kemudian *organizational leadership* dimana kepala sekolah sebagai *stake holder* lebih menekankan pada hasil daripada hubungan dengan gurunya. Hal tersebutlah yang mampu menyebabkan stress muncul pada guru anak berkebutuhan khusus di TK.

Selain itu, interpretasi guru terhadap stress ditunjukkan dengan munculnya gejala fisiologis seperti sakit kepala, lelah, sering sakit, rambut rontok, perubahan hormon (munculnya jerawat), gejala tyfus, dan gejala ginjal. Selain gejala fisiologis, guru juga merasakan gejala psikologis yang memengaruhi kognisi, emosi serta

perilaku sosialnya, seperti, tidur tidak teratur, hilang nafsu makan, serta muncul masalah perilaku seperti menarik diri, mengganggu keluarga atau bahkan muncul emosi seperti marah-marah. Koping stress yang dilakukan oleh guru yaitu, *problem focused (planful problem solving)*, *emotion focused (escape avoidanceting, positive reaparsial, self control, accepting responsibility)*, dan yang terakhir adalah *problem or emotion focused (seeking social support: fentilating (curhat), konsultasi psikolog, dan konsultasi dokter)*. Dampak stress guru dalam menangani anak usia dini berkebutuhan khusus terjadi pada guru ketika upaya koping yang dilakukan oleh guru tidak berhasil. Sehingga, stress guru bias berdampak pada guru itu sendiri baik secara fisiologis seperti lelah, munculnya jerawat, dan gejala ginjal maupun secara psikologis seperti munculnya beban pikiran karena *stressor* yang masih tetap ada, perubahan sikap guru, dan *Monday sick* dimana guru selalu tidak bersemangat ketikak akhir minggu berakhir, dan harus bertemu dengan hari senin untuk memulai aktivitasnya.

Penyebab stress yang muncul pada guru ABK di TK merupakan multi stressor yang menekan keadaan fisik atau psikis seseorang yang disebabkan oleh keterbatasan dan hambatan dalam mencapai suatu tujuan. Setiap individu akan merespon stressor tersebut secara berbeda tergantung kemampuan dan ketahanan individu, sehingga ketika stress yang muncul akan diinterpretasikan secara berbeda baik secara fisiologis maupun psikologis. Koping dilakukan oleh guru membutuhkan kemampuan inteligensi guru untuk membantunya memecahkan masalah yang dihadapinya, guru melakukan koping dalam bentuk positif yang dilakukan melalui beberapa cara koping. Setelah itu, dampak stress guru akan terlihat dari stress yang tak mampu diselesaikan melalui koping, ataupun koping tersebut efektif namun penyebab stress terus muncul, sehingga bisa dianggap sebagai dampak karena penyebab stress terus berlanjut, dibarengi dengan koping yang terus dilakukan sehingga dampak tetap muncul.

5.2 Implikasi

Quality education di Indonesia diharapkan bias menjadi lebih baik dengan tercapainya pendidikan inklusi yang berbasis hak, mampu menjadi wadah untuk anak baik dengan kekurangan maupun dengan kelebihan. Pendidikan inklusif akan sukses tergantung pada guru, terapis anak berkebutuhan khusus serta pengaturan lingkungan inklusif. Sehingga, penting untuk guru memiliki kualitas ataupun kompetensi yang baik dalam menangani anak usia dini berkebutuhan khusus. Jika guru mengalami *stress* karena kurangnya kemampuan dalam menghadapi *stressor*/ penyebab *stress* yang ada, maka hal tersebut akan menurunkan keadaan fisiologis maupun psikologisnya atau disebut dengan interpretasi *stress*. Selain itu, guru akan melakukan upaya koping demi mengurangi perasaan *stress*nya baik dengan *problem focused coping*, *emotion focused coping*, maupun *problem or emotion focused coping*. Efektivitas upaya koping berbeda tergantung pada setiap guru dan *stressor* yang dihadapinya, sehingga setelah melakukan upaya koping beberapa interpretasi *stress* akan hilang dan sebagian interpretasi *stress* yang tidak teratasi *stress* akan menjadi dampak *stress* guru anak usia dini berkebutuhan khusus baik untuk fisiologis maupun psikologis guru itu sendiri maupun bagi lingkungan yaitu sekolah dan peserta didik

5.3 Rekomendasi

1) Bagi Guru

Guru diharapkan memiliki kesadaran terhadap *stressor* yang dihadapi, sehingga guru bisa melakukan koping yang tepat, dan *stressor* tersebut bisa hilang sebelum memengaruhi keadaan psikologis dan fisiologis guru. Seperti yang kita ketahui bahwa kualitas guru memengaruhi kualitas pendidikan yang diberikan pada anak, terutama anak berkebutuhan khusus.

Banyaknya beban yang menjadi penyebab guru mengalami *stress*, sangat memungkinkan jika guru rentan mengalami *stress*. Sehingga, ada baiknya guru selalu melakukan *venting* sebagai upaya mengeluarkan energi negatif yang ada pada diri pribadi setelah diceritakan terhadap teman terdekat. Selain itu, guru pun bisa

melakukan konsultasi pada psikolog untuk memperoleh bantuan yang lebih tepat terkait stress yang dialami.

2) Bagi Lembaga

Bagi lembaga sekolah, hendaknya melakukan assessment terlebih dahulu terhadap guru yang akan menangani anak berkebutuhan khusus terkait kemampuan emosi, social, dan kognitif guru, serta latar belakang dan pengalaman guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus untuk meminimalisir terjadinya stress pada guru.

Sesama guru, dan kepala sekolah, maupun *stake holder* lainnya diharapkan mampu memberikan dukungan kepada guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus, dan menghargai dengan apa yang telah dilakukannya untuk mengurangi stress yang dialami oleh guru. Selain itu, rekan kerja, kepala sekolah, dan *stake holder* lainnya diharapkan tidak mengintimidasi guru atas keselamatan dan perkembangan anak berkebutuhan khusus, ataupun atas hal lain demi mengurangi penyebab stress pada guru. Diharapkan kepala sekolah menjadi kepala sekolah dengan karakteristik kepemimpinan yang mengutamakan hubungan.

3) Bagi Pemerintah

Pemerintah diharapkan mampu menyiapkan wadah atau sarana untuk membantu menyiapkan guru anak berkebutuhan khusus di TK. Baik melalui seminar, maupun diklat tentang profesionalisme guru anak berkebutuhan khusus yang tentu sangat bermanfaat bagi guru. Adanya kebijakan terkait semua sekolah harus inklusif tanpa dibarengi dengan peningkatan kualitas pendidik juga tidak akan mencapai tujuan yang diharapkan.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menggali terkait strategi koping yang tepat untuk menangani stress guru anak berkebutuhan khusus ataupun penelitian lain terkait proses stress yang dialami oleh guru kelas, atau oleh guru pendamping, dan lain sebagainya. Selain itu, peneliti juga dapat mencoba menerapkan metode penelitian

yang berbeda untuk melihat lebih mendalam terkait dengan stress guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus di TK.