

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Guru SLB merupakan guru spesial karena mereka harus berhadapan dengan anak-anak luar biasa atau anak berkebutuhan khusus (ABK). Metode mengajar yang mereka berikan pun berbeda dengan metode mengajar di sekolah pada umumnya. Banyak tantangan yang harus mereka hadapi sebagai guru SLB. Saat proses belajar di kelas, guru SLB tidak hanya mengajar, melainkan harus pula melayani, membimbing dan mengasuh dengan penanganan yang khusus.

Profesi menjadi seorang guru SLB memiliki beban dan tanggung jawab yang tidak mudah. Jika dilihat dari segi materi jauh dari apa yang diharapkan atau adanya ketidaksesuaian beban dengan apa yang mereka terima. Terkadang mereka berpikir untuk apa cape-cape kuliah tapi digaji dengan tak layak, ditambah dengan banyak peraturan-peraturan dan tuntutan-tuntutan sebagai guru SLB, mengharuskan tenaga pendidik siap dalam menghadapi kondisi ABK dengan segala kekurangannya yang tentu berbeda dengan anak normal pada umumnya, memahami karakteristik ABK serta dituntut harus memahami metode mengajar yang baik dan tepat pada ABK.

Ketika mengajar di kelas ada salah satu anak didiknya yang mengalami epilepsi, sehingga ketika kambuh harus didekap atau dipegang agar kepala ABK tersebut tidak sampai membentur ke lantai atau bangku. Kemudian ada pula ABK yang berkelahi, *cranky*, tidak sesuai dengan apa yang akan dipelajari, menyampaikan materi harus berulang-ulang, bahkan ada yang sampai dipukuli, diludahi, dan dirobek pakaian guru tersebut. Ada pula ABK yang enggan masuk kelas hingga berlarian mengelilingi lapang sekolah. Tanpa komitmen yang disertai ketabahan beserta inovasi saat menumbuhkan pendekatan pembelajaran yang atraktif, sehingga para pendidik ABK tidak akan berhasil melaksanakan pekerjaannya (Agustin & Afriyeni, 2016; Supriadi, 2003). Mengajar anak berkebutuhan khusus prosesnya lebih rumit

daripada anak normal, akan bisa sukses jika beban kerjanya dianggap sebagai tantangan (Lestari & Sawitri, 2017). Dapat disimpulkan bahwa memerankan guru SLB tidak mudah, mereka mempunyai banyak kewajiban, mesti melayani ABK yang sangat memerlukan kepedulian, sehingga mengkondisikan ABK jauh lebih berat dibandingkan dengan anak normal.

Menurut Rosdiana (dalam Firmansyah & Widuri, 2014) bahwa memerankan guru SLB bukanlah perkara yang ringan, mesti mempunyai ketabahan yang ekstra saat menyampaikan pelajaran kepada anak berkebutuhan khusus. Risnah (2015, dalam Dewi, 2018) menambahkan memerankan guru SLB diperlukan mempunyai tahan banting yang tinggi sebab kemungkinan saat mengajar guru bisa saja didorong, dicubit dan diludahi. Menurut Istiqomah (2015, dalam Hapsari, 2016) bahwa pendidik anak berkebutuhan khusus mempunyai kewajiban khusus saat melayani ABK, sebab anak berkebutuhan khusus berbeda dengan anak normal yang tidak sulit mempelajari materi dalam waktu singkat. Oleh karena itu, guru SLB harus siap dengan segala perilaku anak berkebutuhan khusus saat berada di dalam kelas. Beban yang mereka tanggung pun jauh lebih berat dibandingkan dengan beban guru yang mengajar di sekolah umum lainnya.

Penelitian Rumaningsih (dalam Dewi, 2018) mengungkapkan bahwa beban kerja dapat mempengaruhi tingkat stres pada individu. Kyriacou menyatakan bahwa emosi negatif melibatkan tekanan, kegelisahan, kemarahan, depresi serta frustrasi karena pengalaman dan pekerjaan tertentu, kondisi ini disebut stres (Giddens, 2005). Beban kerja yang ditanggung oleh guru SLB dapat menimbulkan afek atau emosi negatif seperti marah, kesal dan stres. Apalagi dari segi finansial atau gaji dapat dibilang masih belum mencukupi untuk guru SLB yang non PNS. Tetapi hal tersebut tidak mematahkan semangat beberapa guru SLB untuk tetap mengajar, karena dengan rasa syukur, ikhlas, sabar dan kecintaan dari dalam diri mereka, ditambah dengan *support* dari lingkungan seperti orang tua, rekan kerja serta dapat

menjadi ladang pahala dan kebaikan yang merupakan wujud dari beribadah kepada Allah swt hal tersebut dapat membuat mereka ridho, bertahan serta menikmati dan menjalani pekerjaannya sampai bertahun-tahun lamanya.

Kemudian peneliti menduga ada bersyukur, karena berdasarkan hasil wawancara terhadap lima orang guru SLB dari beberapa SLB yang ada di Kabupaten Garut dapat disimpulkan bahwa menurut mereka menjadi seorang guru SLB lebih banyak bersyukur atas pemberian Allah Swt, sebab melihat ABK yang mungkin masih banyak kekurangan atau kurang normal tapi mereka memiliki semangat yang kuat. Sangat bersyukur bisa menjalankan kewajiban dan tanggung jawab sebagai guru SLB untuk mengajar ABK yang merupakan wujud dari beribadah kepada Allah swt. Ada pula guru SLB mengatakan sangat bersyukur karena diberi kesempatan untuk bisa membimbing anak-anak spesial, banyak sekali pelajaran yang mereka dapat dan pelajari dari ABK ataupun dari orang tua ABK yang hebat dengan penuh rasa percaya diri mendampingi dan mengantarkan anaknya ke sekolah setiap hari.

Al-Ghazali mengungkapkan bahwa syukur ialah mengingat pemberian nikmat dari Allah Swt (Al-Ghazali, 2008). Syukur bisa terjadi jika ada nikmat, pemberi nikmat dan penerima nikmat, sehingga individu dapat disebut *gratitude* ketika dia menyadari bahwa seluruh yang tersedia di bumi ialah rahmat dari Allah Swt. Kebersyukuran dapat diartikan tingkah laku individu yang menerima sesuatu dengan suka rela baik secara kognitif maupun afektif dan juga dapat memberi nilai tentang apa yang diterima tersebut (Peterson & Seligman, 2004). Dari definisi tersebut dapat disimpulkan, bahwa ketika seorang guru harus mengajari, membimbing serta melayani ABK secara ikhlas dan hal tersebut didasarkan karena Allah Swt maka guru tersebut merasa bersyukur atas nikmat yang telah diberikan.

Gratitude adalah jenis tingkah laku afek positif dan bertentangan dengan tingkah laku negatif seperti kegelisahan, iri hati, kemarahan dan berbagai jenis tingkah laku negatif lainnya (Emmons, 2004). Sebuah penelitian menemukan bahwa *gratitude* atau syukur ialah

keadaan yang menyenangkan terkait dengan perasaan positif termasuk kepuasan (Walker & Pitts, 1998), kegembiraan, kebanggaan, serta harapan (Overwalle, Mervielde, & De Schuyter, 1995). Rohma (2010, dalam Pratama, dkk., 2015) mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang diyakini dapat mempengaruhi kepuasan hidup individu salah satunya ialah kebersyukuran. Kepuasan hidup adalah penilaian subyektif tentang kualitas hidup seseorang (Sousa & Lyubomirsky dalam Diponegoro, 2008). Kepuasan hidup juga merupakan salah satu aspek dari *subjective well being* atau disebut dengan SWB. Diener menyatakan SWB adalah penilaian terhadap kehidupan seseorang baik secara kognitif maupun afektif (Diener, 2000). Aspek kognitif adalah evaluasi dari kepuasan hidup seseorang. Sedangkan aspek afektif adalah evaluasi atau reaksi individu terhadap sesuatu hal, yang terdiri dari afek positif dan afek negatif.

Sebuah meta-analisis terbaru (Renshaw & Olinger Steeves, 2016) menunjukkan bahwa rasa syukur berhubungan positif dengan kepuasan hidup dan berhubungan negatif dengan tekanan. Sebuah penelitian menunjukkan pula bahwa rasa syukur pada kenyataannya membuat individu memiliki hubungan yang berharga (Algoe et.al, 2008), memperkuat perilaku dermawan, bahkan mengacu pada perilaku prososial (Emmons & McCullough, 2004). Individu bersyukur ketika memperhatikan dan menghargai hal-hal baik yang terjadi pada dirinya dan juga pada saat individu mengungkapkan rasa terima kasih kepada pemberi rasa syukur tersebut (Emmons, 2007).

Froh et al., (2011) dan McCullough et al., (2002) (dalam Akmal & Masyhuri, 2018) mengungkapkan bahwa individu yang mempunyai *gratitude* yang tinggi maka individu tersebut mempunyai rasa dengki serta *depression* yang rendah. Perasaan positif yang timbul dikarenakan *gratitude* ialah kerendahan hati pada orang lain (McCullough, Kimeldorf & Cohen, 2008), *optimistic* dalam melakukan sesuatu (Hyland, Whalley & Geraghty, 2007), serta mempunyai *mood* yang lebih baik (McCullough, Tsang & Emmons, 2004, Sheldon &

Lyubomirsky, 2006) (dalam Akmal & Masyhuri, 2018). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *gratitude* terhadap kehidupan dapat menuntun individu pada ketenangan pikiran, kebahagiaan, kesehatan fisik, serta hubungan pribadi yang lebih dalam dan lebih memuaskan. Meskipun gaji seorang guru SLB non PNS tidak ideal atau tidak sesuai dengan beban kerjanya, tetapi dengan bersyukur mereka nampak memiliki *subjective well being* (SWB), yang ditandai dengan tetap semangat bekerja, diniatkan karena Allah (*lillah*) untuk mengajar dan membimbing ABK untuk menjadi lebih mandiri dengan rasa kasih sayang, merasa senang dan bangga ketika melihat ABK atau anak didiknya mengalami peningkatan belajar seperti mempelajari sesuatu atau melakukan hal kecil dari yang tidak bisa menjadi bisa misalnya dalam menalikan sepatu, memegang pensil, mengkancingkan pakaian, serta peningkatan lainnya yang bisa membuat seorang guru SLB merasa *happy*. Kemudian adanya faktor pendidikan yaitu memang pekerjaan yang sudah direncanakan dari mulai memilih jurusan kuliah, faktor lingkungan seperti adanya *support* dari keluarga, rekan kerja dan masyarakat setempat serta dapat menjadi ladang pahala dan kebaikan yang merupakan wujud dari beribadah kepada Allah swt.

Menurut Diener & Seligman, salah satu prediktor paling konsisten dari SWB ialah kualitas dukungan sosial (Diener & Seligman, 2002). Seorang individu menerima dukungan sosial akan mempersepsikan lebih banyak kebahagiaan (Lee et.al, 1995). Diperlukan dukungan sosial untuk seorang individu karena semakin banyak seseorang didukung, maka kepuasan hidup akan meningkat (Newson & Schulz, 1996). Sementara itu, dari dimensi kasih sayang, seseorang yang mempunyai SWB tinggi ialah seseorang yang mempersepsikan emosi kebahagiaan dan rasa bersyukur (Myers & Diener, 1995). Diener & Scollon (2003) menyebutkan bahwa kesejahteraan subjektif bukan cara yang dapat diartikan dalam satu gambaran saja. Kesejahteraan subjektif dapat diartikan kegembiraan, kebahagiaan, *life satisfaction*, perasaan positif, hidup yang berarti serta perasaan cinta. Dengan begitu

bersyukur adalah salah satu jenis emosi positif yang bisa membuat seorang guru bahagia untuk menjalani pekerjaannya sebagai guru SLB meskipun kerjanya berat.

Dalam Psikologi Positif, kebahagiaan diketahui dengan istilah SWB (Boniwell, 2012). Diener, Lucas, Oishi (2005) menambahkan bahwa SWB termasuk afek *experience* yang mengembirakan, emosi negatif yang rendah, serta *life satisfaction* yang lebih tinggi. Diponegoro (2008) mengungkapkan penilaian kognitif individu yang *happy* diantaranya yakni *life satisfaction* yang tinggi, penilaian emosinya ialah tingginya perasaan positif dan perasaan negatif yang rendah. Carr menambahkan bahwa kesejahteraan individu diketahui dengan *life satisfaction* yang tinggi serta emosi positif yang tinggi dan emosi negatif yang rendah (Carr, 2011).

Schiffrin dan Nelson (2010) mengungkapkan SWB berkorelasi pada derajat stres yang mana tingginya derajat stres seseorang maka akan diikuti rendahnya derajat kebahagiaan yang dimiliki orang tersebut, sementara itu rendahnya derajat stres seseorang maka akan diikuti tingginya derajat kebahagiaan yang dimiliki oleh orang tersebut. Individu dengan SWB yang tinggi dapat mengatur perasaan dan *problem solving* yang baik. Sedangkan individu dengan SWB yang rendah biasanya tidak *happy*, banyak pikiran dan emosi negatif, dengan begitu dapat memunculkan kegelisahan, marah serta dapat terjadinya *depression* (Diener, Oishi & Lucas, 2015). Myers (2000) mengungkapkan bahwa individu yang mengalami kebahagiaan dengan mudah dapat membantu orang lain. Berdasarkan uraian para ahli diatas maka dapat dikatakan bahwa SWB ialah kesejahteraan subjektif atau kebahagiaan yang dialami oleh seseorang melalui evaluasi *life satisfaction*, emosi positif yang tinggi serta emosi negatif yang rendah.

Kemudian ada beberapa penelitian terdahulu terkait kebersyukuran dengan *subjective well being*. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh Adina & Miftahun pada tahun 2019. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara bersyukur

dengan kesejahteraan subjektif pada guru SMA Negeri 1 Sewon. Guru yang tingkat *gratitude* nya tinggi maka tingkat kesejahteraan subjektifnya tinggi. Sedangkan, semakin rendah tingkat *gratitude* nya maka akan semakin rendah pula tingkat kesejahteraan subjektif. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Wibisono pada tahun 2017. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa, semakin tinggi kebersyukuran seseorang maka kesejahteraan subjektif mereka akan semakin tinggi pula.

Berdasarkan penelitian sebelumnya bahwa ada hubungan kebersyukuran dengan SWB. Tetapi karena subjek yang akan diteliti cukup berbeda dan cukup unik, beban kerjanya berat harus menghadapi ABK, bahkan gaji pun masih dibilang belum mencukupi untuk Guru SLB non PNS, tetapi dengan begitu dapat membuat mereka bertahan dan nampak bahagia. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian selanjutnya.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk mengangkat fenomena ini menjadi sebuah penelitian ilmiah, kemudian peneliti ingin mengetahui seberapa besar hubungan kebersyukuran dengan *subjective well being* pada Guru SLB di Kabupaten Garut.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah seberapa besar hubungan kebersyukuran dengan *subjective well being* pada Guru SLB di Kabupaten Garut ?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hubungan kebersyukuran dengan *subjective well being* pada Guru SLB di Kabupaten Garut.

Kegunaan Penelitian

Adapun penelitian ini diharapkan memiliki beberapa kegunaan, sebagai berikut :

Kegunaan Teoretis.

Hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat terhadap ilmu pengetahuan psikologi, khususnya psikologi positif mengenai hubungan kebersyukuran dengan *subjective well being* pada Guru SLB di Kabupaten Garut.

Kegunaan Praktis.

Dalam penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman khususnya bagi peneliti juga diharapkan dapat memberikan informasi baru bagi pihak-pihak yang memerlukan, terutama mengenai tingkat *subjective well being* yang dimiliki dan mengembangkannya dalam upaya yang berkaitan dengan kebersyukuran terhadap guru SLB serta penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk pihak sekolah (SLB).

