

Eksplorasi Makna Hidup pada *Shadow Teacher* dari Siswa Disabilitas: Studi Fenomenologi Interpretatif

Exploration of the Meaning in Life of Shadow Teachers of Students with Disabilities: An Interpretative Phenomenological Study

Aisyah Nismara Wardhani*

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: aisyah.21093@mhs.unesa.ac.id

Qurrota A'yuni Fitriana

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: qurrotafitriana@unesa.ac.id

Abstrak

Shadow teacher berperan penting dalam penerapan Pendidikan Inklusi karena berhubungan dekat dengan para siswa disabilitas, orang tua, dan tenaga kependidikan lainnya. Memahami makna hidup pada *shadow teacher* akan memberikan wawasan mengenai bagaimana mereka memaknai kehidupannya sebagai seorang individu dengan pekerjaannya dalam mendampingi siswa disabilitas. Penelitian bertujuan memahami makna hidup pada *shadow teacher* dari siswa disabilitas. Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif melalui pendekatan studi fenomenologi dalam paradigma interpretatif. Partisipan penelitian merupakan 5 *shadow teacher* dengan pengalaman kerja selama lebih dari 5 tahun yang bekerja di sekolah inklusi swasta Islam sebagai lokasi penelitian. Data dikumpulkan dengan wawancara mendalam semi terstruktur dan dianalisis menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Analisis data menghasilkan 4 tema utama, yaitu: Orientasi Hidup, Memaknai Pekerjaan, Relasi dalam Bekerja, dan Emosi Positif. Pemaknaan subjektif muncul dalam kehidupan partisipan melalui proses pada dimensi kognitif, emosional, relasional, serta spiritual dari pengalaman dan pekerjaannya. Penelitian ini menyorot pentingnya bagi pihak sekolah untuk memberikan fasilitas pengembangan diri yang bermakna serta kolaboratif untuk mendukung kesejahteraan mental *shadow teacher*.

Kata kunci : *Shadow teacher*, Makna hidup, Siswa disabilitas

Abstract

Shadow teachers play an important role in the implementation of Inclusive Education because they are in close contact with students with disabilities, parents, and other education personnel. Understanding the meaning in life of shadow teachers will provide insight into how they interpret their life as an individual with their work in assisting students with disabilities. This study aims to understand the meaning in life of shadow teachers of students with disabilities. This research was conducted using a qualitative method through a phenomenological study approach within an interpretative paradigm. The research participants were 5 shadow teachers with more than 5 years of work experience working in a private Islamic inclusive school as the research location. Data were collected using semi-structured in-depth interviews and analyzed using the Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) method. Data analysis revealed 4 main themes, namely: Life Orientation, Making Meaning of Work, Relationships at Work, and Positive Emotions. Subjective meaning emerges in participants' lives through processes on the cognitive, emotional, relational, and

spiritual dimensions of their experiences and work. This research highlights the need for schools to provide meaningful and collaborative self-development facilities to support shadow teachers' mental well-being.

Keywords : *Shadow teacher, Meaning in life, Students with disabilities*

Article History	*corresponding author
Submitted : 18-07-2025	
Final Revised : 19-07-2025	
Accepted : 19-07-2025	
	 <p><i>This is an open access article under the CC-BY-SA license</i></p> <p><i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>

Shadow teacher merupakan salah satu pekerjaan yang memiliki hubungan dekat dengan siswa, orang tua, dan tenaga kependidikan lainnya. *Shadow teacher* dapat juga disebut dengan Guru Pembimbing Khusus atau Guru Pendamping Khusus (GPK). Pekerjaan dari *shadow teacher* secara khusus ialah membimbing para siswa disabilitas dalam aktivitas belajarnya di sekolah. *Shadow teacher* secara langsung membantu siswa disabilitas untuk menciptakan informasi dan menambah pemahaman tentang lingkungan sekitar mereka dengan bermain, bekerja sama, berbagi, dan memperhatikan yang disesuaikan dengan cara dan kecepatan belajar siswa disabilitas yang bersangkutan (Hamid dkk., 2020).

Mengutip Wardani, *shadow teacher* adalah guru yang mendampingi siswa disabilitas di sekolah dan telah memiliki kompetensi melalui pelatihan khusus mengenai penanganan siswa disabilitas (Qiftiyah & Calista, 2021). *Shadow teacher* dapat juga disebut dengan Guru Pembimbing Khusus atau Guru Pendamping Khusus. *Shadow teacher* berperan dalam manajemen pembelajaran siswa disabilitas (Hijriyani dkk., 2021), memberikan dukungan sosial dan akademik pada siswa disabilitas (Hamid dkk., 2020), memperbaiki kemampuan belajar siswa disabilitas (Al-Sabatin, 2020), memastikan siswa disabilitas tetap adaptif agar kelas tetap kondusif (Faz & Hafid, 2023), serta mendampingi siswa disabilitas dalam mengembangkan kemandiriannya (Nisa dkk., 2024).

Shadow teacher berperan penting dalam mewujudkan pendidikan yang inklusif. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas serta Peraturan Pemerintah Nomor 13 Tahun 2020 tentang Akomodasi yang Layak untuk Peserta Didik Penyandang Disabilitas, setiap sekolah baik negeri maupun swasta wajib menjadi sekolah inklusi (Arifa, 2024). Namun, jumlah tenaga pengajar untuk siswa disabilitas di Indonesia masih tergolong kurang. Menurut data bulan Mei tahun 2023, terdapat 4.695 *shadow teacher* di Indonesia dan sebanyak 10.244 guru reguler yang dilatih untuk mendampingi siswa disabilitas (Aranditio dkk., 2023). Menurut data bulan September tahun 2023, sekolah reguler yang menyelenggarakan pendidikan inklusif tercatat berjumlah 44.477 sekolah dengan penerimaan siswa disabilitas sebanyak 146.205 yang diakumulasi pada jenjang Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) hingga Sekolah Menengah Atas atau Kejuruan (SMK/SMK) (Fauzan, 2023). Jumlah dari *shadow teacher* masih tergolong kurang apabila dibandingkan dengan jumlah siswa disabilitas yang harus didampingi. Keterbatasan jumlah Shadow Teacher atau GPK pada sekolah inklusi terjadi karena tidak semua tenaga pendidik memiliki kemampuan maupun kompetensi untuk melayani siswa disabilitas di sekolah inklusi (Direktorat PMPK, 2024).

Dilansir dari data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Pusdatin Kemendikbudristek, 2025), terdapat 245.350 siswa disabilitas di Indonesia (bulan Januari tahun 2025). Provinsi dengan jumlah siswa disabilitas tertinggi adalah Jawa Barat, diikuti oleh Jawa Timur dan Jawa Tengah. Data terkini menunjukkan bahwa siswa disabilitas di Jawa Timur berjumlah 34.196 orang dengan Kota Surabaya berada posisi pertama disusul dengan Kabupaten Sidoarjo dan Kota Banyuwangi. Pada Kota Surabaya terdapat 4.164 siswa disabilitas (Pusdatin Kemendikbudristek, 2025). Para siswa tersebut tersebar pada seluruh jenjang sekolah negeri ataupun swasta, dengan penerapan Kurikulum Reguler, Inklusif, maupun pada Sekolah Luar Biasa. Kenaikan jumlah siswa disabilitas dari data tahun 2023 dan 2025 berpengaruh pada peningkatan kebutuhan tenaga pengajar dan pembimbing untuk para siswa disabilitas.

Seiring dengan terus berkembangnya penyelenggaraan pendidikan inklusif di Indonesia, *shadow teacher* merupakan salah satu pekerjaan yang semakin dibutuhkan. Namun, menjadi *shadow teacher* bukanlah pekerjaan yang mudah. Hasil dari wawancara studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, menunjukkan bahwa menjadi *shadow teacher* membutuhkan pengelolaan emosi yang baik. Menurut P1, *shadow teacher* tidak boleh mudah terbawa emosi, terutama saat menghadapi siswa disabilitas yang sedang tantrum karena situasi siswa menjadi sulit diatasi apabila dihadapi dengan emosi *shadow teacher* yang tidak dikelola dengan baik. Semakin lama P1 bekerja menjadi *shadow teacher*, berpengaruh pada pemaknaannya terhadap pekerjaan tersebut. P1 kini telah bekerja sebagai *shadow teacher* selama 10 tahun di tempat penelitian. Cara ia memaknai pekerjaannya kini berbeda dengan saat tahun pertamanya. Dulu, ia bekerja sebagai formalitas saja. Kini ia menikmati, mensyukuri, dan melakukan pekerjaannya dengan sepenuh hati, sampai turut mendoakan para siswanya.

Sebuah penelitian (Rianty & Pramudiani, 2020) menemukan bahwa terdapat tujuh emosi positif yang dirasakan guru pendamping siswa dengan autisme, yaitu perasaan gembira, ketertarikan, kepuasan diri, cinta, daya juang, kebersyukuran, serta simpati. Menjadi *shadow teacher* merupakan pekerjaan yang dapat menggembirakan dengan memiliki hubungan kerja sama yang erat dengan siswanya (Singer, 2023). Proses pendidikan berpusat pada interaksi dalam kegiatan belajar dan mengajar yang membentuk suatu hubungan antar manusia. Tantangan pendidikan muncul pada bagaimana siswa disabilitas sebagai subjek belajar serta guru, membangun pemahaman akan dunia karena mendidik berarti memberikan makna hidup (Rozek & Stobäus, 2017).

Makna hidup dapat berhubungan dengan pekerjaan yang dilakukan seseorang. P1 mengatakan bahwa menjadi *shadow teacher* membuatnya kini lebih tenang dan sabar. Dulu, ia mudah marah dan belum bisa mengontrol emosi dengan baik. Namun, pekerjaannya sebagai *shadow teacher* kesabaran yang tinggi saat berhadapan dengan para siswa disabilitas. Selain itu, pekerjaan ini mengubah cara pandangnya terhadap anak dengan disabilitas. Dulu, anak dengan disabilitas dipandangnya sebelah mata. Seiring dengan berjalaninya waktu dengan mempelajari karakter para siswa disabilitas, ia merasa bahwa Tuhan sebenarnya memang menciptakan manusia dengan karakter dan bentuk yang beragam.

Makna hidup dan dimensinya berhubungan dengan depresi dan kesehatan psikologis secara umum (Kleftaras & Psarra, 2012). Penelitian lain menemukan bahwa terdapat korelasi yang kuat antara kebahagiaan dengan tingkat makna hidup yang dirasakan (Sameer dkk., 2023). Menurut Hicks dan King (2009), kontribusi emosi positif pada makna hidup bisa saja tidak didapatkan dari hubungannya pada konsekuensi kognitif ataupun motivasional, tetapi dari hubungannya yang kuat dengan pengalaman makna hidup.

Manusia hidup berdampingan dengan makna. Hampir seluruh aspek dalam keseharian hidup manusia pada umumnya bergantung pada kemampuan untuk membuat, memahami, dan saling berbagi makna (Steger, 2021). Pikiran manusia berharap untuk dapat memahami bagaimana semuanya cocok satu sama lain dan masuk akal berdasarkan pada beberapa pola

besar atau rangkaian prinsip (Baumeister, 1991). Hal ini juga berlaku pada makna hidup. Menurut Frankl (Ford & Smith, 2020), keinginan untuk mencari dan mengalami makna adalah pusat dari motivasi manusia. Makna hidup merupakan salah satu aspek penting dalam memahami pengalaman hidup individu. Makna hidup (*Meaning in life*) didefinisikan sebagai sejauh mana seseorang memahami, memaknai, atau melihat makna penting dalam hidup mereka, disertai dengan sejauh mana mereka memandang diri mereka memiliki tujuan, misi, atau tujuan utama dalam hidup (Steger, 2009).

Menurut Steger dan Frazier (Costanza dkk., 2020), makna hidup merupakan suatu konsep dari dimensi psikologis yang dapat dibedakan antara konstruk “kehadiran makna hidup” dan “pencarian makna hidup.” Kehadiran Makna Hidup (*Presence of Meaning in Life*) dapat diartikan sebagai perasaan subjektif bahwa kehidupan seseorang bermakna. Lalu arti dari Pencarian Makna Hidup (*Searching for Meaning in Life*) adalah dorongan dan orientasi pada pencarian makna dalam hidup seseorang (Steger dkk., 2006). Ada beberapa hal penting dibalik pencarian dan kehadiran makna hidup, yaitu: motivasi dibalik pencarian makna hidup, penggunaan waktu senggang yang proaktif, dan rasa syukur pada individu yang hidup dalam situasi penuh tekanan dan gaya hidup yang terkontrol (Lim dkk., 2022).

Makna hidup dapat didefinisikan dalam tiga dimensi (Martela & Steger, 2016), yaitu: (a) Koherensi (*Coherence*) Koherensi berarti perasaan terhadap keutuhan dan bahwa hidupnya masuk akal. Koherensi berarti individu memiliki persepsi bahwa ia dapat memahami keutuhan pola-pola lingkungan dan hubungan peristiwa dalam hidupnya yang membuat ia dapat memprediksi dan mengenali kejadian yang ada. Sehingga, individu merasa bahwa hidupnya masuk akal dan terhindar dari ketidakpastian. (b) Tujuan (*Purpose*) Tujuan berarti perasaan terhadap tujuan inti, sasaran, dan arah dalam hidup. Tujuan ini merupakan sasaran hidup yang berorientasi pada masa depan. Sasaran tersebut lebih kepada makna personal secara umum. Adanya tujuan dapat memberikan pengaruh pada individu karena dengannya akan ada tujuan dan sasaran yang memberikan arah pada hidup. (c) Penting (*Significance*) Penting berarti perasaan terhadap nilai hidup yang benar dan memiliki kehidupan yang layak dijalani. Makna hidup termasuk penting berarti membicarakan tentang perasaan keberhargaan dan nilai-nilai dalam hidup seseorang. Perasaan itu didapatkan dari pengalaman yang memberikan perasaan bahwa hidup ini layak untuk dijalani yang menjadi alasan bagi seseorang untuk melanjutkan hidupnya.

Makna hidup penting untuk diteliti karena berhubungan dengan *Well-Being*. Individu yang menjalani hidup bermakna, kemungkinan besar akan lebih bahagia, lebih positif, lebih dewasa secara psikologis, menantikan masa depan yang lebih cerah, menjaga kesehatan dengan lebih baik, merasa lebih baik secara fisik, dan menikmati semua kualitas ini untuk jangka waktu yang lebih lama sebelum kematiannya (Steger, 2017). Perasaan individu mengenai makna hidup dapat diusahakan dan diperkuat melalui tujuan sosial. Semakin banyak hubungan autentik yang dimiliki individu dengan individu atau kelompok lainnya, maka semakin besar kemungkinan perasaan tentang makna hidup akan muncul dari hubungan tersebut (Ford & Smith, 2020).

Tidak dapat dipungkiri bahwa *shadow teacher* di sekolah. Banyak penelitian yang telah membahas mengenai peran *shadow teacher* dalam pembelajaran siswa disabilitas di sekolah. Namun, pembahasan mengenai dinamika psikologis *shadow teacher* kurang menjadi fokus dalam penelitian, khususnya yang mengeksplorasi makna hidup. Beberapa penelitian terdahulu terkait pengalaman dan makna hidup pada pengasuh Anak Berkebutuhan Khusus ditujukan pada partisipan penelitian berupa orang tua (Aziz & Mangestuti, 2019; Bangoy dkk., 2023; Gobrial, 2018; Sagayaraj dkk., 2021; Sardar dkk., 2023; Thwala dkk., 2015; Tigere & Makhubele, 2019). Memahami dinamika makna hidup akan memberikan wawasan baru mengenai bagaimana *shadow teacher* memaknai kehidupannya sebagai seorang individu dengan pekerjaannya dalam mendampingi siswa disabilitas dengan segala tantangannya. Maka

dari itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana makna hidup yang dialami oleh *shadow teacher* dari siswa disabilitas.

Metode

Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif melalui pendekatan studi fenomenologi dalam paradigma interpretatif. Pendekatan ini diambil karena fokus penelitian merupakan makna hidup yang menjadi sebuah fenomena dari pengalaman kehidupan seseorang. Penelitian ini akan berfokus pada makna hidup sebagai pengalaman hidup seseorang yang akan melibatkan interpretasi dalam memahami dinamikanya. Maka dari itu, penelitian kualitatif ini menggunakan pendekatan fenomenologi dengan paradigma interpretatif. Penelitian akan dilangsungkan di salah satu sekolah dasar inklusi swasta Islam di Kota Surabaya.

Partisipan

Sumber data penelitian merupakan hasil wawancara semi terstruktur yang dilakukan pada partisipan penelitian. Pemilihan partisipan penelitian dilakukan dengan cara *Purposive Sampling* yang merujuk pada *shadow teacher* dari siswa disabilitas di sekolah dasar inklusi. Partisipan dalam penelitian ini berupa 5 *shadow teacher*, dengan kriteria: 1. *Shadow teacher* yang telah bekerja lebih dari lima tahun di sekolah dasar inklusi yang menjadi tempat penelitian 2. Bertugas membimbing dua siswa disabilitas dalam satu waktu 3. Memiliki tingkat pendidikan terakhir setara dengan Strata Satu (S-1) atau Diploma Empat (D-4) diluar jurusan Psikologi dan Pendidikan Luar Biasa.

Pengumpulan Data

Data untuk penelitian merupakan data primer dari wawancara mendalam semiterstruktur pada partisipan penelitian dengan pedoman wawancara yang dibuat berdasarkan item-item yang diturunkan dari aspek dan dimensi Makna Hidup (Martela & Steger, 2016; Steger dkk., 2006) menjadi beberapa tema dan subtema. Pedoman wawancara terdiri atas 25 pertanyaan dengan rincian berupa identitas dan demografi partisipan penelitian (3 pertanyaan), pendahuluan (4 pertanyaan), tema Kehadiran Makna Hidup (4 pertanyaan subtema Koherensi, 5 pertanyaan subtema Tujuan, dan 4 pertanyaan subtema Penting), serta 5 pertanyaan pada tema Pencarian Makna Hidup.

Analisis Data

Data penelitian yang diperoleh dari wawancara kemudian melalui uji keabsahan menggunakan metode *Member Check*. Metode ini mengecek sejauh mana kesamaan pemahaman peneliti dan partisipan penelitian. Penelitian dapat dikatakan valid apabila partisipan penelitian dapat menyetujui hasil analisis peneliti (Howitt, 2019). Data penelitian yang telah didapatkan kemudian dianalisis menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Tujuan dari IPA adalah melakukan penelitian dengan cara yang memungkinkan pengalaman untuk diungkapkan dalam istilahnya itu sendiri, bukan dalam sistem kategori yang telah ditentukan sebelumnya (Smith dkk., 2009).

Hasil

Penelitian dilakukan terhadap lima *shadow teacher* yang bekerja di salah satu sekolah dasar inklusi swasta Islam di Kota Surabaya. Data penelitian diambil melalui wawancara mendalam yang menggali pengalaman dan makna hidup para partisipan. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 4 tema superordinat yang konsisten muncul pada seluruh partisipan, yaitu: (1) Orientasi Hidup, (2) Memaknai Pekerjaan, (3) Relasi dalam Bekerja, dan (4) Emosi Positif.

Pada penelitian ini, para partisipan dikodekan dengan huruf P dan wawancara ke berapa akan dikodekan dengan W. Partisipan pertama pada wawancara pertama akan dituliskan dengan P1.W1, dan begitu pula untuk seterusnya.

Tabel 1. Tabel Tema

Tema Superordinat	Tema Emergen
Orientasi Hidup	Keterarahuan
	Perencanaan
	Tujuan Hidup
Memaknai Pekerjaan	Kebermanfaatan
	Terus Belajar
	Kesabaran
Relasi dalam Bekerja	Kerja Sama
	Rekan Kerja
Emosi Positif	Kebahagiaan
	Kebercukupan
	Kebersyukuran
	Kenyamanan

1. Tema Superordinat 1: Orientasi Hidup

Tema superordinat ini membahas mengenai pengalaman partisipan dalam mengelola dirinya dengan orientasi masa depan. Tema superordinat ini ditemukan pada seluruh partisipan dengan tema emergen berupa Keterarahuan, Perencanaan, dan Tujuan Hidup.

a) Keterarahuan

Partisipan merasakan bahwa kehidupannya kini lebih terarah setelah ia bekerja sebagai *shadow teacher*. Menurut P1, pengalamannya dalam pekerjaan ini merupakan tamparan dari Allah untuk lebih mengarahkan hidupnya untuk beribadah.

“[...] Lebih... eehh... lebih terarah, ya. Lebih terarah untuk lebih ke ininya sih kak ya, ibadahnya gitu kalo saya bilangnya. Akhirnya ke... apa ya kak namanya, ya. Ke ibadahnya itu. Kalo saya, sih. Karena eeh... yang duniawi gitu kalo makin kesini itu, kita istilahnya kayak ditampar Allah gitu lho, kak. [...]” (P1.W1)

b) Perencanaan

Partisipan melakukan perencanaan untuk menjalani pekerjaannya sebagai *shadow teacher*. P5 merasa bahwa pekerjaannya sebagai *shadow teacher* ini memberikan makna dalam kehidupannya karena ia kini terbiasa untuk menyiapkan hari-harinya.

“[...] Dari sini kan aku juga tahu apa yang harus aku lakukan. Jadi di sini saya lebih kayak, terus untuk apa besok, harus ngapain.

Lebih ke disiapin semuanya. Kalo engga ada ini, saya mungkin juga engga terlalu ini ya harus ngapain.” (P5.W3)

c) Tujuan Hidup

P3 memaknai bahwa tujuan hidup dapat membawanya untuk bangkit dari kondisi kehilangan arah hidup. Menurutnya, memiliki tujuan hidup membuat ia kembali fokus berusaha untuk mencapai tujuan.

“[...] Kita harus banyak tujuannya itu lagi, ya. Tujuannya kita kedepannya itu seperti apa. Ya itu, ayo kita... kalo kita kedepannya mau misalnya mau A gitu ya, kta berusaha lagi untuk mencapai A itu. Ayo lah jangan kehilangan arah, ayo fokus, gitu. Karena ada yang harus kamu capai, gitu.” (P3.W3)

2. Tema Superordinat 2: Memaknai Pekerjaan

Tema superordinat ini mencakup persepsi partisipan pada pekerjaannya sebagai *shadow teacher*. Tema ini ditemukan pada pembicaraan dengan seluruh partisipan, dengan tema emergen berupa Kebermanfaatan, Terus Belajar, dan Kesabaran.

a) Kebermanfaatan

Partisipan menyadari bahwa makna dari hidupnya di dunia ini adalah untuk menjadi bermanfaat bagi orang lain. Pekerjaan sebagai *shadow teacher* merupakan salah satu cara dalam mewujudkan kebermanfaatan tersebut. Partisipan berusaha sebaik mungkin untuk menjadi menjadi lebih bermanfaat untuk orang lain, dalam hal ini khususnya kepada para siswa disabilitas yang didampingi.

“Jangka panjangnya ya itu tadi, “Ayo lebih bermanfaat lagi.” Kayaknya saya juga belum merasa yang bermanfaat banget sama orang lain tuh, belum. Karena belum merasa puas, gitu. Untuk ehh melayani mereka, anak-anak yang seperti ini. Kayak belum maksimal, lah. Tapi saya tetep berusaha untuk semaksimal mungkin ngasih yang terbaik buat mereka.” (P3.W3)

b) Terus Belajar

Para partisipan menyikapi bahwa pekerjaannya sebagai *shadow teacher* adalah perjalanan hidup dengan pembelajaran tanpa henti. Dalam menjalani pekerjaan ini, seluruh partisipan tidak memiliki latar belakang pendidikan yang selaras. Maka, dalam menjalannya dipenuhi dengan pengalaman baru yang menuntut mereka untuk terus belajar dari berbagai konten edukatif maupun orang sekitarnya.

“[...] Kan aku sebenarnya engga ada basic apa-apa soal anak berkebutuhan khusus, ya. Jadi aku tuh belajarnya tu kayak otodidak. Jadi aku belajar baca sih, baca-baca. Tapi ternyata ehh apa yg kita baca itu belum tentu bisa terapin ke anak itu tadi. Karena ternyata handle anak spesial itu menurutku bukan yang... apa ya... kayak materi yang kita baca itu belum tentu bisa diterapin ke anak-anak spesial kak.” (P2.W1)

c) Kesabaran

Menjadi *shadow teacher* bukanlah hal yang mudah karena membutuhkan kesabaran yang besar untuk memahami, menghadapi, dan mendampingi para siswa disabilitas. Para partisipan banyak belajar untuk menjadi lebih sabar dalam dinamikanya berhadapan dengan para siswa disabilitas.

“Iya, terus saya kan sekarang kan udah pegang anak kayak gini. Kan, iya... kan sabar. Maksudnya itu... kita kan di sini kan pegang anak gitu kan harus sabar. Nah, sebelumnya kan saya itu emang orangnya kurang sabar. Kalo sekarang ya masih sih, tapi kan ada perubahannya gitu. Tapi saya sekarang ya masih belum bisa sabar, sih.” (P4.W1)

3. Tema Superordinat 3: Relasi dalam Bekerja

Tema superordinat ini merupakan pembahasan mengenai pendapat partisipan bahwa relasinya dalam bekerja merupakan salah satu hal yang berkontribusi dalam makna hidup maupun pemaknaan pada pekerjaannya sebagai *shadow teacher*. Seluruh partisipan membahas tema ini selama wawancara pengambilan data. Relasi dalam hal ini mencakup Kerja Sama dan Rekan Kerja.

a) Kerja Sama

Kerja sama merupakan suatu hal penting yang dibutuhkan dalam membangun hubungan kerja yang baik antara *shadow teacher* dengan para guru lainnya maupun wali murid. P5 menceritakan pengalamannya dalam bekerja sama dengan guru wali kelas dalam menghadapi siswa disabilitas. Melalui potongan percakapan di bawah ini, P5 selaku *shadow teacher* dan wali kelas menjalin kerja sama dan saling belajar untuk menciptakan kondisi kelas inklusi yang baik.

“[...] Dan disitu, apa namanya... pertama ada shadow teacher. Dan disitu guru apa namanya... wali kelasnya juga bilang, pertama kali ada shadow. Ya pertama juga punya shadow itu saya, di kelas itu juga saya. Jadi kita berdua sama-sama kayak belajar bareng gitu.” (P5.W2)

b) Rekan Kerja

Memiliki rekan kerja yang saling membantu merupakan salah satu dukungan yang dirasakan para partisipan dalam menjalani pekerjaan ini. P4 merasakan dirinya mendapat dukungan baik dari lingkungan sekolah dan rekan kerjanya dengan saling membagikan informasi. Mereka dapat saling membantu dengan berbagi pengalaman dalam menghadapi siswa disabilitas.

“Lingkungan sekolahnya. Teman. Ya sangat mensupport saya. Saling kasih tahu, saling emm, pokoknya saling membantu lah. Kerja sama. Kalo saya mau kemana-mana kana tau saya izin kan, minta bantuan temen saya. [...]” (P4.W2)

4. Tema Superordinat 4: Emosi Positif

Tema superordinat ini membahas mengenai emosi positif yang dirasakan para partisipan dalam pekerjaannya sebagai *shadow teacher*. Tema ini terdapat dalam pembicaraan dengan seluruh partisipan penelitian. Emosi positif yang dibahas dalam tema ini adalah Kebahagiaan, Kebercukupan, Kebersyukuran, dan Kenyamanan.

a) Kebahagiaan

Para partisipan merasakan kebahagiaan selama ia bekerja menjadi *shadow teacher* di Sekolah Inklusi X. Bahagia dalam ini dirasakan dengan membimbing para siswanya. P3 menyampaikan rasa bahagianya dalam bekerja. Menurutnya, pekerjaannya sebagai *shadow teacher* kini sangat bermakna karena ia dapat bertemu dengan para siswa disabilitas yang memberikannya pembelajaran dan kebahagiaan,

lingkup pertemanan yang kukuh, dengan lingkungan kerja yang bagus dan mendukung ibadahnya.

“[...] kerja di sini tuh bermakna banget. Karena kan ya, bertemu dengan anak-anak yang ehh seperti ini, gitu. Memberikan pembelajaran juga, memberikan kebahagiaan juga, punya temen-temen yang sangat solid, engga apa ya... bukan orang-orang yang senang menjudge orang lain. Di lingkungan yang bagus, gitu. Ehh jadinya ibadah itu kan kita juga terjaga. [...]” (P3.W3)

b) Kebercukupan

Kebercukupan dirasakan para partisipan dalam bentuk merasa cukup dengan apa yang ia miliki dan dapatkan saat ini. P2 merasa bahwa setelah bekerja di sini, ia menjadi lebih merasa cukup dalam menjalani kehidupannya. Ia secara khusus menyatakan bahwa tidak lagi merasa dirinya kekurangan karena menyadari bahwa rezeki tidak hanya ia dapatkan melalui materi.

“Kalo tujuan ku dulu itu gimana emm hidup itu selalu cukup. Kayak misalnya tau engga sih mbak karena mungkin dulu itu aku kerja kan engga deket dari agama, ya. Kalo di sini kan jelas-jelas kan, agamanya. Kayak gitugitu. Jadi kayak di sini tuh aku bener-bener... kalo dulu tuh ku ngerasa apapun itu aku kurang. Tapi setelah aku kerja di sini itu, ooh ternyata itu rezeki itu engga cuman melulu soal... materi [...]” (P2.W2)

c) Kebersyukuran

Kebersyukuran dalam hal ini dirasakan para partisipan saat ia merefleksikan kondisinya dibandingkan dengan para siswa disabilitas. P4 menyampaikan bahwa dirinya seharusnya lebih bersyukur karena memiliki kondisi yang lebih sempurna daripada para siswa disabilitas yang ditemui.

“[...] ada anak-anak yang lebih... kayak anak Autis gitu, lho. Tapi kita kan emm bisa ini, bisa itu. Kita harus bersyukur daripada anak ini. Dia kan kurang, kita kan lebih. Kita harus bersyukur, gitu.” (P4.W1)

d) Kenyamanan

Rasa nyaman merupakan salah satu alasan para partisipan dapat bertahan lebih lama bekerja sebagai *shadow teacher* di sini. Seluruh partisipan pada awalnya mengaku mendaftar pada pekerjaan ini hanya untuk coba-coba dan batu loncatan, tetapi mereka dapat bertahan lebih lama dari yang awalnya mereka perkirakan karena merasakan kenyamanan dalam menjalannya.

“[...] udah coba-coba aja dulu masuk. Nyaman apa engga... awalnya cuma kayak untuk ehh batu loncatan aja gitu kan, ya. Kan kemarin saya bilang, kok tambah nyaman, tambah cocok. Ya sebenarnya sambil jalan, ya sambil nyari. Cuman kayak, mungkin emang jodohnya di sini. [...]” (P5.W3)

Pembahasan

Penelitian ini berfokus untuk mengkaji makna hidup pada *shadow teacher* dari siswa disabilitas. Wawancara pengambilan data dilakukan pada 5 *shadow teacher* yang telah bekerja lebih dari 5 tahun di

salah satu sekolah dasar inklusi swasta di Kota Surabaya. Pedoman wawancara dibuat berdasarkan item-item pertanyaan yang diturunkan dari aspek dan dimensi Makna Hidup (Martela & Steger, 2016; Steger dkk., 2006) dalam dua tema, yaitu: (1) Kehadiran Makna Hidup (*Presence of Meaning in Life*) dengan subtema Koherensi (*Coherence*), Tujuan (*Purpose*), dan Penting (*Significance*), serta tema (2) Pencarian Makna Hidup (*Searching for Meaning in Life*).

Makna hidup (*Meaning in life*) merupakan sejauh mana seseorang memahami, memaknai, atau melihat makna penting dalam hidup mereka, disertai dengan sejauh mana mereka memandang diri mereka memiliki tujuan, misi, atau tujuan utama dalam hidup (Steger, 2009). Makna hidup juga dapat didefinisikan sebagai persepsi individu berupa pemahaman dan kepercayaan tentang kehidupan individu itu sendiri, serta aktivitas, nilai, dan kepentingan yang ada di dalamnya. Menurut Brandstätter dkk. (Hupkens dkk., 2021), makna dan tujuan dalam hal ini berhubungan dengan ketertiban, keadilan, koherensi, nilai-nilai, iman, dan rasa memiliki. Klinger (Hicks & King, 2009), mengatakan bahwa kebermaknaan adalah sesuatu yang sangat subjektif, kualitas yang dapat meresapi kehidupan batin seseorang, dan keduanya dialami sebagai gagasan serta emosi. Mengeksplorasi makna hidup dapat memberikan pemahaman mengenai apa yang memotivasi dan memberi tujuan hidup pada individu.

Makna hidup dapat secara langsung memengaruhi kepuasan hidup, memaksimalkan efek positif dari pentingnya peran dalam bekerja serta peran dalam keluarga (Wolfram, 2023). Penelitian tersebut menyatakan bahwa peran dalam bekerja dapat berhubungan dengan makna hidup yang dimiliki seseorang. Maka, bagaimana seseorang dapat memahami, memaknai, dan melihat makna penting dalam hidupnya, serta memandang dirinya dalam suatu misi dalam hidup, dapat berhubungan dengan bagaimana pengalaman dan peran kerja seseorang.

Berdasarkan hasil analisis data, pada penelitian ini ditemukan 4 tema superordinat yang disampaikan oleh para partisipan selama membahas mengenai makna hidup, yaitu: (1) Orientasi Hidup, (2) Memaknai Pekerjaan, (3) Relasi dalam Bekerja, dan (4) Emosi Positif. Keempat tema tersebut diambil dari hasil analisis tema superordinat dengan jawaban yang konsisten muncul pada kelima partisipan.

Tema superordinat pertama yang muncul pada kelima partisipan dalam kajian ini adalah Orientasi Hidup dengan tema emergen berupa Keterarahan, Perencanaan, dan Tujuan Hidup. Orientasi hidup dalam hal ini mengacu pada bagaimana para partisipan memaknai hidup dan pekerjaannya sebagai *shadow teacher*. Menurut Steger (2012), inti dari mengalami pemaknaan, yaitu perasaan bahwa hidup itu penting, mengidentifikasi adanya perasaan akan tujuan, serta memiliki pemahaman tentang diri dan hidup seseorang, memiliki implikasi yang kuat pada *well-being*. Sebuah penelitian menemukan bahwa tujuan hidup berhubungan signifikan dengan kebahagiaan dan *well-being*, dengan hasil pada subjek dewasa madya berkorelasi lebih kuat dengan kebahagiaan (Datta, 2025). Semua partisipan penelitian memiliki orientasi hidup dalam memaknai hidupnya. P3 khususnya, mengatakan bahwa memiliki tujuan hidup membantunya untuk bangkit dari keterpurukan kehilangan arah hidup menjadi kembali memfokuskan diri untuk mencapai tujuan hidupnya. Hal tersebut dapat didukung temuan penelitian oleh Parashar dan Aleem (2022) bahwa kepuasan hidup dan orientasi hidup memiliki peran penting dalam menentukan *well-being* seseorang.

Kepuasan hidup (*Life satisfaction*), makna hidup (*Meaning in life*), dan harapan (*Hope*) adalah beberapa faktor penting yang memengaruhi pikiran dan perasaan seseorang dalam situasi berbahaya (Karatas dkk., 2021). Dengan memiliki keyakinan pada hidup yang bermakna, seseorang akan berusaha membuat semua peristiwa dalam hidupnya lebih berarti dan menyadari pengaruhnya hingga tingkat tertentu. Seseorang akan dapat merencanakan kehidupannya dengan tujuan-tujuan tertentu yang mengarah pada makna hidup yang diyakininya. Seiring dengan manusia mengembangkan makna dalam hidupnya, mereka juga tampaknya mengembangkan karakteristik psikologis yang kuat, hubungan sosial dan interpersonal yang generatif, kesehatan fisik dan kebahagiaan (Steger, 2017).

Tema superordinat kedua yaitu Memaknai Pekerjaan. Penelitian terdahulu menemukan bahwa persepsi bahwa pekerjaan dianggap bermakna apabila berhubungan dengan Penting (*Significance*), Koherensi (*Coherence*), Tujuan (*Purpose*), dan Rasa Memiliki (*Belonging*) (Schnell & Hoffmann, 2020). Perkerjaan dirasakan memberikan makna apabila kegiatannya penting untuk orang lain. P1 khususnya menganggap bahwa pekerjaannya sebagai *shadow teacher* penting karena dapat menjadikan para siswanya menjadi lebih berarti dengan kemampuan dan kemandirianya. Berikutnya, P5 khususnya, merasakan bahwa pekerjaannya *shadow teacher* cocok dengannya. Hal tersebut menunjukkan koherensi karena partisipan merasakan kesesuaian antara kegiatan profesional dengan

dirinya dalam bekerja. Tujuan dirasakan saat individu dapat mengidentifikasi nilai dan tujuan yang diharapkan dalam menjalani kegiatan di tempat kerja. Tujuan ini dirasakan oleh P3 karena ingin untuk menjadi lebih sabar dan bermanfaat untuk para siswanya. Terakhir ialah rasa memiliki, bahwa partisipan merasa dirinya menjadi bagian dari sesuatu yang lebih besar. P1 merasa bahwa dirinya berkontribusi dalam konteks pendidikan yang lebih besar, yaitu dalam penerapan Pendidikan Inklusi di Indonesia. Maka, peran dari pekerjaannya adalah untuk menerima dan menyayangi para siswa disabilitas. Dari berbagai pengalaman partisipan, menunjukkan persepsi partisipan dalam memaknai pekerjaan berhubungan dengan makna hidup yang mereka miliki. Hal tersebut mendukung hasil penelitian Schnell dan Hoffmann (2020) bahwa pekerjaan yang bermakna (*Meaningful work*) berhubungan dengan kebermaknaan dalam hidup, kepuasan kerja, iklim sosial-moral, dan efikasi profesional.

Ward dan King (2017) menyebutkan terdapat enam sumber makna di tempat kerja, yaitu: Kebahagiaan (*Happiness*), Penting (*Significance*), Tujuan dan sasaran (*Purpose and goals*), Koherensi dan terstruktur (*Coherence and structure*), Sumber daya finansial (*Financial resources*), serta Agama (*Religion*). Terdapat dua variabel lain yang berbeda dari penelitian Schnell dan Hoffmann (2020), yaitu Sumber daya finansial dan Agama. Sumber daya finansial dapat membuat individu mencapai tujuan personalnya di tempat kerja dan dalam konteks sosial, mendukung tujuan yang lebih tinggi. Hal ini dirasakan secara khusus oleh P4 karena ia kini dapat ikut menafkahi keluarga dengan pekerjaannya sebagai *shadow teacher*. Maka, ia merasakan makna dan manfaat dari pekerjaannya.

Tema superordinat ketiga yaitu Relasi dalam Bekerja. Berdasarkan pengambilan data, para partisipan merasakan adanya dukungan dari rekan kerjanya dalam bentuk kerja sama. Penelitian Mohamed dkk. (2024) menemukan adanya hubungan antara sesama karyawan yang tinggi, kemungkinan akan meningkatkan kepuasan kerja. Partisipan merasa bahwa pekerjaannya menyenangkan karena mendapatkan lingkungan pertemanan di tempat kerja yang saling mendukung dan dapat bersaing sehat. Hubungan di tempat kerja yang baik berhubungan signifikan dengan kepuasan kerja (Abun & Basilio, 2023). Adanya hubungan baik antara partisipan dengan para guru lainnya dapat memengaruhi bagaimana partisipan memaknai pekerjaannya. Sebuah penelitian menemukan bahwa hubungan kerja yang tersistem dan berkualitas tinggi serta *mindfulness* mengembangkan emosi positif dalam diri karyawan dan memungkinkan mereka membangun sumber daya psikologis yang dapat membuat mereka menjadi optimis terhadap pekerjaan dan tempat kerjanya, lalu nantinya akan meningkatkan keterlibatan kerja mereka (Fiaz & Fahim, 2023).

Tema superordinat keempat adalah Emosi Positif. Para partisipan merasakan emosi positif dalam menjalani pekerjaannya. Penelitian terdahulu menemukan bahwa perasaan gembira, simpati, daya tarik, cinta, kepuasan diri, kebersyukuran, dan semangat juang merupakan emosi positif yang dirasakan oleh para guru pendamping dari siswa dengan autisme (Rianty & Pramudiani, 2020). Emosi positif yang dirasakan para partisipan pada penelitian ini adalah kebahagiaan, kebercukupan, kebersyukuran, dan kenyamanan. Fredrickson (1998) mendekripsikan empat macam emosi positif, yaitu Kegembiraan (*Joy*), Ketertarikan (*Interest*), Kepuasan (*Contentment*), dan Cinta (*Love*). Adanya perasaan gembira menciptakan dorongan untuk bermain dan menjadi riang dalam artian yang paling luas, meliputi permainan fisik, sosial, intelektual, dan artistik. Berikutnya, ketertarikan atau minat merupakan emosi yang dapat memperluas respon keingintahuan sementara untuk mengeksplorasi suatu hal dan dapat membangun kamus pengetahuan pada individu tersebut seiring dengan berjalaninya waktu. Sementara itu, kepuasan adalah dorong untuk menikmati dan menyatukan berbagai peristiwa dan pengalaman, menciptakan rasa yang baru terhadap diri sendiri dan pandangan yang baru pada dunia. Lalu, cinta adalah sebagai pemicu emosi positif yang lebih spesifik, seperti ketertarikan, kepuasan, dan kegembiraan, serta memperluas respons sesaat individu selama mereka mengeksplorasi, menikmati, dan bermain dengan orang yang dicintainya.

Seluruh partisipan merasakan kegembiraan dan kebahagiaan dalam menjalani pekerjaannya sebagai *shadow teacher*. Perasaan itu mereka dapatkan karena kenyamanan dalam melakukan aktivitas kerjanya. Saat mereka memandang pekerjaannya dengan emosi yang positif, kegiatan yang terlibat akan menjadi lebih menyenangkan dan membawa emosi positif lainnya untuk memandang hidupnya menjadi lebih bermakna. Kenyamanan mereka rasakan karena dapat mempelajari banyak hal baru bersama dengan lingkungan kerja yang mendukung perkembangan dirinya. Kemudian terkait dengan kebersyukuran, penelitian Walsh dkk. (2022) menemukan bahwa mengekspresikan kebersyukuran mengarahkan pada pengembangan, kerendahan hati, perasaan berhutang budi, perasaan bersalah, malu, dan tidak nyaman. Namun, kebersyukuran juga meningkatkan rasa keterhubungan, motivasi, rasa

mampu untuk mengembangkan diri mengekspresikan niat yang lebih kuat dalam berupaya memperbaiki diri karena adanya kesenangan, kenikmatan, serta tujuan yang dianggap penting. Dengan rasa bersyukur, individu merasa hidupnya cukup. Maka, kebersyukuran merupakan emosi positif yang dirasakan para partisipan untuk kemudian memaknai bahwa hidupnya saat ini telah cukup untuk dirinya. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kebersyukuran dan kepuasan hidup (Chauhan dkk., 2025). Berikutnya, kebersyukuran juga merupakan prediktor dari kesehatan mental (*mental well-being*) yang mengarahkan pada kepuasan hidup yang lebih tinggi dengan mediasi kesehatan mental. Ketika individu merasakan kebersyukuran dalam memaknai kehidupannya, perasaan cukup akan mengikutinya, dan berikutnya dapat mengarahkannya pada kepuasan hidup.

Para partisipan penelitian bekerja di sekolah swasta Islam yang membuat mereka bekerja dalam lingkungan yang menerapkan ajaran Islam. Hal tersebut membuat para partisipan seringkali mengarahkan pemaknaan hidupnya pada religiusitas. P3 mempercayai hidupnya adalah untuk beribadah. Sedangkan, P5 merasakan bahwa pengalaman ibadahnya setelah bekerja sebagai *shadow teacher* kini menjadi lebih baik. Penelitian terdahulu menemukan bahwa meskipun karyawan memiliki agama yang sama, pekerjaan yang bermakna (*Meaningful work*) dibentuk secara berbeda oleh jenis religiusitas tertentu dan strategi kerja eksistensial yang dikembangkan oleh individu. Berikutnya, P1, P2, P3, dan P5 menyatakan bahwa kehidupan dijalani untuk mengumpulkan pahala. Penelitian terdahulu menemukan bahwa terdapat pengaruh independen antara religiusitas dan makna hidup pada *subjective well-being* serta makna hidup sebagai variabel mediator antara religiusitas dan *subjective well-being* (Saliyo dkk., 2017). Maka, religiusitas dan sekolah Islam sebagai tempat kerja para dalam hal ini juga memengaruhi bagaimana pemaknaan hidup dari para partisipan.

Penelitian ini cukup menarik karena mengeksplorasi pengalaman dan makna hidup pada *shadow teacher* di sekolah Islam dengan penanaman dan penerapan nilai-nilai Islam selama mereka bekerja. Cara partisipan dalam memandang makna hidup dan pekerjaannya, dikaitkan dengan kepercayaan dalam Islam. Sedangkan, pada penelitian relevan oleh Nasir dkk. (2018) dengan judul serupa, eksplorasi makna hidup dilakukan pada Guru Pendamping Khusus di Sekolah Dasar Negeri. Hasil pada penelitian ini dapat memberikan keterbaruan mengenai dinamika pengalaman dan makna hidup *shadow teacher* di sekolah dasar inklusi milik swasta oleh yayasan agama Islam.

Kesimpulan

Penelitian fenomenologis ini berfokus untuk mengkaji makna hidup pada *shadow teacher* dari siswa disabilitas melalui pemahaman pada pengalaman partisipan. Analisis pada penelitian ini menghasilkan beberapa tema, yaitu Orientasi Hidup, Memaknai Pekerjaan, Relasi dalam Bekerja, dan Emosi Positif. Tema-tema tersebut saling berhubungan dalam menyelami pemaknaan para partisipan terhadap kehidupannya.

Orientasi hidup mendasari pengelolaan diri partisipan untuk mengarahkan hidupnya pada orientasi masa depan. Memaknai pekerjaan muncul saat partisipan mengaitkan makna hidup yang ia dapatkan karena pekerjaannya kini sebagai *shadow teacher*. Pemaknaan partisipan terhadap pengalamannya di tempat kerja muncul dari berbagai aktivitas kerjanya serta relasi yang dimiliki dengan para rekan kerja. Berikutnya, para partisipan memaknai pengalaman dengan emosi positif dalam memandang kehidupannya. Dengan begitu, penelitian ini berkontribusi pada pemahaman psikologis bahwa pemaknaan dapat muncul dalam kehidupan seseorang, melalui proses pada dimensi kognitif, emosional, relasional, dan spiritual dari pengalaman dan pekerjaannya.

Makna hidup seseorang berhubungan erat dengan pengalaman subjektif dari kehidupannya. Maka dari itu, penelitian ini dilakukan untuk memahami makna hidup pada *shadow teacher* dengan pengalaman yang unik pada pekerjaannya dalam membimbing dan mendampingi siswa disabilitas. Penelitian ini penting untuk dilakukan karena *shadow teacher* memiliki peranan penting dalam penerapan Pendidikan Inklusi di Indonesia dengan berbagai dinamika dan tantangannya. Tema yang dihasilkan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pekerjaan seseorang berkaitan erat dengan makna hidup yang muncul. Pemahaman lebih lanjut

pada fenomena ini dapat memberikan wawasan baru terhadap kondisi psikologis pada *shadow teacher*.

Saran

Hasil dari penelitian dapat diaplikasikan kepada para *shadow teacher* dengan terus menjaga nilai-nilai dan makna yang telah ditemukan dalam pekerjaan maupun aktivitas kehidupan sehari-hari lainnya dengan merefleksikan berbagai pengalaman menyenangkan dan senantiasa mengapresiasi pencapaian kecil. Refleksi hidup yang terus dilakukan, dapat mengarahkan individu untuk menemukan kembali tujuan hidup serta meyakinkan diri atas pilihan karier dan kontribusinya pada aktualisasi diri. Maka dari itu, para *shadow teacher* dapat meningkatkan asertivitas dalam membangun relasi kerja yang responsif dan kolaboratif dengan menjadi lebih terbuka dengan kesulitan dan tantangan selama menjalani pekerjaan.

Pada sisi lain, pihak sekolah dapat turut serta mengaplikasikan hasil penelitian untuk meningkatkan makna hidup dari para *shadow teacher* dengan cara memberikan fasilitas pengembangan diri melalui pengadaan pelatihan, seminar, ataupun lokakarya untuk mengembangkan keterampilan teknis dan kesejahteraan mental bagi para *shadow teacher*. Selain itu, pihak sekolah dapat mempertimbangkan untuk mengadakan konseling kelompok atau ruang diskusi bagi para *shadow teacher* untuk saling belajar dalam mengelola stres, memperkuat makna dalam pekerjaannya, serta mendorong iklim kerja yang kolaboratif. Sekolah juga dapat menyediakan *mentoring* karier sebagai cara para *shadow teacher* menyampaikan berbagai tantangan yang dialami untuk mendapatkan saran dari tenaga profesional serta mengapresiasi mereka melalui kegiatan tersebut.

Penelitian lanjutan dapat dilakukan untuk mengembangkan hasil temuan penelitian ini. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan pendekatan campuran, mengkombinasikan temuan fenomenologis dan kuantitatif untuk memperkaya hasil dan analisis penelitian. Selain itu, penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam mengeksplorasi tema tertentu yang muncul dalam makna hidup untuk memperkaya pemahaman teoritis yang semakin spesifik dan mendalam.

Daftar Pustaka

- Abun, D., & Basilio, G. J. Q. (2023). The Effect of Workplace Relationship on Job Satisfaction of Employees: School Context. *Divine Word International Journal of Management and Humanities*, 2(1), 227–241.
https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4398755
- Al-Sabatin, I. M. (2020). The Role of Shadow Teacher in Improving Autistic Student in Learning. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 7(9), 375–382.
<https://doi.org/10.14738/assrj.79.6962>
- Aranditio, S., Napitupulu, E. L., Irawati, D., & Utami, K. D. (2023). *Defisit Guru Pendamping Khusus Hambat Pendidikan Inklusi*. Kompas.Id.
<https://www.kompas.id/baca/humaniora/2023/11/12/defisit-guru-khusus-menghambat-pendidikan-inklusii>
- Arifa, F. N. (2024). *Tantangan dalam Mewujudkan Pendidikan Inklusif*.
https://berkas.dpr.go.id/pusaka/files/info_singkat/Info_Singkat-XVI-3-I-P3DI-Februari-2024-1953.pdf

- Aziz, R., & Mangestuti, R. (2019). How Can Meaning in Life be Reached by Mothers of Children with Special Needs? *The 1st International Conferences on Engineering, Technology and Social Science (ICONETOS 2019)*, 18–21. <https://doi.org/10.18860/iconetos.v1i1.1149>
- Bangoy, R. M., Carbonilla, J. M., Montevilla, C. H. S., Prendon, L. C., & Tabuada, A. I. (2023). Story of their Lives: Lived Experiences of Parents of Children with Special Needs Amidst the Pandemic. *Psychology and Education Journal*, 8, 252–265. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7834596>
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of Life*. The Guilford Press.
- Chauhan, A. S., Mathur, G., Gulati, C., & Sharma, A. (2025). The Relationship between Gratitude and Life Satisfaction: The Mediating Effect of Mental Well-Being. *Social Sciences & Humanities Open*, 11(101224), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.101224>
- Costanza, A., Baertschi, M., Richard-Lepouriel, H., Weber, K., Pompili, M., & Canuto, A. (2020). The Presence and the Search Constructs of Meaning in Life in Suicidal Patients Attending a Psychiatric Emergency Department. *Frontiers in Psychiatry*, 11(327), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00327>
- Datta, B. (2025). Investigating the Impact of Life Purpose on Individuals' Happiness and Well-Being. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology*, 3(5), 63–73. <https://psychopediajournals.com/index.php/ijiap/article/download/775/564/1461>
- Direktorat PMPK. (2024). *Laporan Kinerja 2023 Direktorat Pendidikan Masyarakat dan Pendidikan Khusus*. <https://pmpk.kemdikbud.go.id/wp-content/uploads/2024/04/Laporan-Kinerja-Dit.PMPK-2023-Final.pdf>
- Fauzan, A. M. (2023). *Kemenko PMK: Kini Sudah 44 Ribu Sekolah Inklusi di Tahun 2023*. Antara News. <https://www.antaranews.com/berita/3758190/kemenko-pmk-kini-sudah-44-ribu-sekolah-inklusi-di-tahun-2023>
- Faz, G. O., & Hafid, I. (2023). Guru Pembimbing Khusus (GPK) di Sekolah Inklusi Palangka Raya. *Tunas: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 8(2), 47–54. <https://doi.org/10.33084/tunas.v8i2.5148>
- Fiaz, S., & Fahim, S. M. (2023). The Influence of High-Quality Workplace Relational Systems and Mindfulness on Employee Work Engagement at the Time of Crises. *Heliyon*, 16(9(4):e15523), 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e15523>
- Ford, M. E., & Smith, P. R. (2020). Life Meaning: Affirming the Role of TSP and Goal-Life Alignment in Optimal Human Functioning. In *Motivating Self and Others: Thriving with Social Purpose, Life Meaning, and the Pursuit of Core Personal Goals* (pp. 330–381). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108869164.008>
- Fredrickson, B. L. (1998). What Good Are Positive Emotions? *Review of General Psychology*, 2(3), 300–319. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.300>
- Gobrial, E. (2018). The Lived Experiences of Mothers of Children with the Autism Spectrum Disorders in Egypt. *Social Sciences*, 7(133), 1–11. <https://doi.org/10.3390/socsci7080133>
- Hamid, A., Ullah, H. M. I., & Faiz, Z. (2020). Role of Shadow Teacher in the provision of Academic and Social Support for Children with Special Needs at Inclusive Schools. *Journal of Inclusive Education*, 4(1), 129–144.

- <https://ojs.aiou.edu.pk/index.php/jie/article/view/2003/1567>
- Hicks, J. A., & King, L. A. (2009). Meaning in Life as a Subjective Judgment and a Lived Experience. *Social and Personality Psychology Compass*, 3(4), 638–653. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2009.00193.x>
- Hijriyani, Y. S., Andriani, F., & Rosidin, R. (2021). The Role of Shadow Teacher in Learning Management of Children with Special Needs in Paud Terpadu Inklusi Bina Insan Kreatif Tasikmalaya. *Evaluasi: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 5(2), 331–341. <https://doi.org/10.32478/evaluasi.v5i2.759>
- Howitt, D. (2019). *Introduction to Qualitative Research Methods in Psychology: Putting Theory into Practice* (4th ed.). Pearson Education Limited.
- Hupkens, S., Goumans, M., Derkx, P., & Machielse, A. (2021). ‘Meaning in Life? Make it as Bearable, Enjoyable and Good as Possible!’: A Qualitative Study Among Community-Dwelling Aged Adults Who Receive Home Nursing in the Netherlands. *Health and Social Care in the Community*, 29, 78–90. <https://doi.org/10.1111/hsc.13071>
- Karatas, Z., Uzun, K., & Tagay, Ö. (2021). Relationships Between the Life Satisfaction, Meaning in Life, Hope and COVID-19 Fear for Turkish Adults During the COVID-19 Outbreak. *Frontiers in Psychology*, 12(633384), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.633384>
- Kleftaras, G., & Psarra, E. (2012). Meaning in Life, Psychological Well-Being and Depressive Symptomatology: A Comparative Study. *Psychology*, 3(4), 337–345. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.34048>
- Lim, J. I., Yu, J., & Sohn, Y. W. (2022). How Does Search for Meaning Lead to Presence of Meaning for Korean Army Soldiers? The Mediating Roles of Leisure Crafting and Gratitude. *Frontiers in Psychology*, 12(766798), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.766798>
- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The Three Meanings of Meaning in Life: Distinguishing Coherence, Purpose, and Significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531–545. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>
- Mohamed, M. A., Mohamud, F. A. S., Mohamud, I. H., & Farah, M. A. (2024). The Influence of Workplace Relationships and Job Satisfaction of Private Universities in Mogadishu: Employee Performance as a Mediator Variable. *Frontiers in Education*, 9(1485356), 1–12. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1485356>
- Nasir, A., Winarni, I., & Lestari, R. (2018). The Experience of Shadow Teachers in Helping Children with Special Needs in Telogo Patut Elementary School I Gresik. *Journal of Nursing Science Update*, 6(1), 1–9. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2018.006.01.1>
- Nisa, U., Zain, A., & Rahmah, A. (2024). The Role of Shadow Teachers For Supporting Learning Assistance on Children with Special Needs in Inclusive Early Childhood Education. *JIES: Journal of Islamic Education Students*, 4(1), 32–42. <https://doi.org/10.31958/jies.v4i1.12298>
- Parashar, D., & Aleem, S. (2022). Life Orientation, Life Satisfaction and Well-being among School Teachers during COVID Pandemic. *Indian Journal of Positive Psychology*, 13(3), 216–221. https://www.researchgate.net/publication/366823193_Life_Orientation_Life_Satisfaction_and_Well-being_among_School_Teachers_during_COVID_Pandemic

- Pusdatin Kemendikbudristek. (2025). *Total Peserta Didik Berkebutuhan Khusus Provinsi*. Referensi Data. https://referensi.data.kemdikbud.go.id/berkebutuhan_khusus/total/wilayah
- Qiftiyah, M., & Calista, W. (2021). Shadow Teacher for Special Needs Students - Case Study Class VI Taman Muda Ibu Pawiyatan Yogyakarta. *EduHumaniora: Jurnal Pendidikan Dasar*, 13(1), 26–35. <https://doi.org/10.17509/eh.v13i1.26273>
- Rianty, A., & Pramudiani, D. (2020). Emosi Positif pada Guru Pendamping Siswa Autis pada SD Negeri 131/IV Kota Jambi. *Jurnal Psikologi Jambi*, 5(2), 28–37. <https://doi.org/10.22437/jpj.v7i2.12638>
- Rozek, M., & Stobäus, C. D. (2017). Special Education Teachers Life Stories: Subjectivity and Education. *Creative Education*, 8(12), 1957–1967. <https://doi.org/10.4236/ce.2017.812133>
- Sagayaraj, K., Gopal, C., & Karthikeyan, S. (2021). Meaning of Life and Emotional Ventilation of Mothers having Children with Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Current Research and Review*, 13(13), 218–221. <https://doi.org/10.31782/IJCRR.2021.131341>
- Saliyo, S., Koentjoro, K., & Subandi, S. (2017). The Influence of Religiosity, Meaning of Life Towards Subjective Well Being of Participants Naqsabandiyah Kholidiyah tarekat in Kebumen Indonesia. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science*, 22(4 (III)), 34–43. <https://doi.org/10.9790/0837-2204033443>
- Sameer, Y., Eid, Y., & Veenhoven, and R. (2023). Perceived Meaning of Life and Satisfaction with Life: A Research Synthesis Using an Online Finding. *Frontiers in Psychology*, 13(957235), 1–17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.957235>
- Sardar, A., Ghaffar, A., Mehmood, S., & Gul, N. (2023). Lived Experiences of Parents of Children with Special Needs and the Effect on Siblings Education. *International Journal of Social Science Archives*, 6(3), 273–283. <https://ijssa.com/index.php/ijssa/article/download/232/157/>
- Schnell, T., & Hoffmann, C. (2020). ME-Work: Development and Validation of a Modular Meaning in Work Inventory. *Frontiers in Psychology*, 11(599913), 1–18. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.599913>
- Singer, J. Z. (2023). Accentuate the Positive: Special Education Teacher Job Satisfaction and Joy. *International Journal of Higher Education*, 12(2), 20–26. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v12n2p20>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. SAGE Publications Ltd.
- Steger, M. F. (2009). Meaning in LIfe. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology* (2nd ed., pp. 679–687). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0064>
- Steger, M. F. (2012). Experiencing Meaning in Life: Optimal Functioning at the Nexus of Well-Being, Psychopathology, and Spirituality. In P. T. P. Wong (Ed.), *The Human Quest for Meaning: Theories, Research, and Applications* (2nd ed., pp. 165–184). Taylor & Francis Group.
- Steger, M. F. (2017). Meaning in Life and Wellbeing. In M. Slade, L. G. Oades, & A. Jarden (Eds.), *Wellbeing, Recovery and Mental Health* (pp. 75–85). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316339275.008>
- Steger, M. F. (2021). Meaning in Life: A Unified Model. In C. R. Snyder, S. J. Lopez,

- L. M. Edwards, & S. C. Marques (Eds.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (3rd ed., pp. 959–967). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.56>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Thwala, S. K., Ntinda, K., & Hlanze, B. (2015). Lived Experiences of Parents' of Children with Disabilities in Swaziland. *Journal of Education and Training Studies*, 3(4), 206–215. <https://doi.org/10.11114/jets.v3i4.902>
- Tigere, B., & Makhubele, J. C. (2019). The Experiences of Parents of Children Living with Disabilities at Lehlabi Protective Workshop in Sekhukhune District of Limpopo Province. *African Journal of Disability*, 8(a528), 1–9. <https://doi.org/10.4102/ajod.v8i0.528>
- Walsh, L. C., Armenta, C. N., Itzchakov, G., Fritz, M. M., & Lyubomirsky, S. (2022). More than Merely Positive: The Immediate Affective and Motivational Consequences of Gratitude. *Sustainability*, 14(8679), 1–20. <https://doi.org/10.3390/su14148679>
- Ward, S. J., & King, L. A. (2017). Work and the Good Life: How Work Contributes to Meaning in Life. *Research in Organizational Behavior*, 37, 59–82. <https://doi.org/10.1016/j.riob.2017.10.001>
- Wolfram, H. (2023). Meaning in Life, Life Role Importance, Life Strain, and Life Satisfaction. *Current Psychology*, 42, 29905–29917. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04031-9>