

STUDI TENTANG REGULASI EMOSI SERTA PERAN BIMBINGAN DAN KONSELING PADA SISWA DISABILITAS SMP NEGERI 39 SURABAYA

Ambar Feny Afifah

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: ambar.18056@mhs.unesa.ac.id

Denok Setiawati

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: denoksetiawati@unesa.ac.id

Abstrak

Pendidikan merupakan hak bagi setiap orang, baik pendidikan secara formal, nonformal maupun informal. Pendidikan pada sekolah yang melibatkan adanya siswa reguler dan siswa disabilitas adalah pendidikan inklusi. Siswa disabilitas di sekolah inklusi memiliki regulasi emosi yang berbeda dengan anak disabilitas lainnya karena berinteraksi dengan kehidupan sosial yang lebih luas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui fenomena regulasi emosi serta peran bimbingan dan konseling pada siswa disabilitas di SMP Negeri 39 Surabaya. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode studi kasus. Data yang diperoleh berasal dari teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah model interaktif. Subjek penelitian adalah siswa disabilitas dan guru pendamping untuk siswa disabilitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi siswa disabilitas stabil dengan perilaku yang positif, respon emosional yang sesuai dan kontrol emosi yang stabil. Bimbingan dan konseling memiliki peran untuk mendampingi dan membimbing pengelolaan emosi siswa disabilitas dalam mendukung peningkatan pada kognitif, motorik dan afektif siswa dalam bersosialisasi, pengembangan diri dan bekal keterampilan hidup dalam masyarakat.

Kata kunci : Regulasi Emosi, Disabilitas, Sekolah Inklusi.

Abstract

Education is a right for everyone, both education by formal, non-formal or education. Education in schools that involve regular students and students with disabilities is inclusive education. Students with disabilities in inclusive schools have different emotional regulation from other children with disabilities because they interact with wider social life. This research aims to determine the phenomenon of emotional regulation and the role of guidance and counseling in students with disabilities at SMP Negeri 39 Surabaya. This type of research is a qualitative research using case study method. The data obtained came from interview, observation and documentation techniques. The data analysis technique used in this study is an interactive model. The research subjects were students with disabilities and assistant teachers for students with disabilities. The results showed that the emotional regulation of disabled students was stable with positive behavior, appropriate emotional responses and stable emotional control. Guidance and counseling have a role to assist and guide the emotional management of students with disabilities in supporting the improvement of student's cognitive, motoric and affective in socializing, self-development and provision of life skills in society.

Keywords : Emotion Regulation, Disability, Inclusive Schools.

LATAR BELAKANG

Setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan, baik sejak dilahirkan atau terbentuk seiring pertumbuhan. Kekurangan tersebut bisa terdapat pada fisik juga psikis yang sering disebut dengan disabilitas. Dalam UU RI Nomor 8 Tahun 2016 (Undang-Undang, 2016), mendefinisikan penyandang disabilitas adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik yang memiliki jangka waktu lama sehingga dalam melakukan interaksi dengan lingkungan terjadi hambatan dan mengalami kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif sebagaimana warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak.

Walau dengan segala keterbatasan penyandang disabilitas, mereka memiliki hak untuk menempuh pendidikan. Dalam siaran pers BKLM 2019, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menyatakan harapan kepada pemerintah daerah untuk berkomitmen dalam mengimplementasikan pendidikan inklusif yang lebih baik. Mereka berhak untuk mengenyam pendidikan di sekolah umum bersamaan dengan siswa reguler yang didukung dengan adanya kurikulum dan sarana prasarana siswa disabilitas pada sekolah inklusi (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, 2019).

Pendidikan inklusif adalah instansi pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan luar biasa bersamaan dengan pendidikan reguler dalam satu sistem kurikulum pendidikan. Pendidikan inklusif memberikan kebebasan dan kesempatan kepada siswa disabilitas untuk belajar yang tentunya didampingi oleh guru pendamping khusus (GPK). Adapun siswa yang termasuk dalam penyandang disabilitas yaitu siswa tunanetra (cacat penglihatan), tunarungu (cacat pendengaran), tunawicara (cacat pengucapan), tunagrahita, berkesulitan belajar,

lamban belajar, tunalaras, autisme, tunadaksa, memiliki gangguan motorik, tunaganda dan kekhususan lainnya (Permendiknas, 2019).

Aspek psikologis menjadi salah satu hal penting yang harus disiapkan ketika siswa disabilitas memasuki sekolah reguler. Sebagaimana menurut Riahta et al. (2015), belajar berdampingan dengan siswa reguler membutuhkan kematangan psikologis dan kemampuan dalam mengelola emosi dalam berkomunikasi. Regulasi emosi (*emotion regulation*) adalah suatu proses, luar dan dalam, kesadaran dan ketidaksadaran akan pengaruh dari bagian emosi yang mengabungkan, mewujudkannya, berdasarkan situasi dari fakta-fakta, dan berjalannya konsekuensi yang akan terjadi (Alfarabi, Amiruddin, 2017).

Regulasi emosi tidak hanya berhubungan dengan diri sendiri namun juga orang lain. Sebagaimana menurut Pratisti (2012), regulasi emosi dapat didefinisikan secara lebih luas sebagai suatu proses dalam mengenali, menghindari, mempertahankan atau mengelola munculnya tingkat intensitas maupun masa berlangsungnya perasaan dari dalam diri, emosi psikologis, proses perhatian, keadaan motivasional dan/atau perilaku yang berhubungan dengan emosi. Hal ini bertujuan untuk memenuhi aspek biologis/ adaptasi sosial dalam memenuhi kebutuhan individu dalam lingkungan sosial.

Siswa disabilitas yang memasuki sekolah formal inklusi dengan siswa disabilitas di Sekolah Luar Biasa (SLB) memiliki perbedaan. Pada Sekolah Luar Biasa hanya menerima anak penyandang disabilitas sehingga memiliki ruang interaksi yang terbatas dengan sama-sama penyandang disabilitas. Berbeda dengan siswa disabilitas yang menempuh sekolah reguler

memiliki kesempatan berinteraksi bersama orang lain dengan jangkauan yang luas.

Berdasarkan hasil pengamatan, ada beberapa siswa disabilitas mengalami emosi negatif seperti menangis tiba-tiba, memberontak, memukul, menendang dan tidak mau berbicara sama sekali. Hal ini selaras dengan pendapat (Goleman, 2018), terdapat beberapa macam emosi yang dirasakan yaitu marah, sedih, perasaan takut, kenikmatan, cinta, terkejut, kesal dan perasaan malu. Namun, sebagian banyak berperilaku sebagaimana siswa reguler walau dengan kekhususan yang dialami.

Regulasi emosi berkaitan dengan keadaan suasana hati seseorang dalam suatu situasi baik yang dipengaruhi oleh kognitif, psikologis maupun tingkah laku. Regulasi emosi juga berkaitan dengan respon secara emosional terhadap stimulus yang berasal dari lingkungan sekitar. Individu yang dapat melakukan regulasi emosi dengan baik dapat menunjukkan bentuk emosi yang lebih positif sedangkan individu yang kurang mampu melakukan regulasi emosi cenderung menunjukkan emosi negatif (Ningrum et al., 2019).

Kemampuan siswa dalam regulasi emosi sangat penting terlebih untuk terlibat dengan lingkungan sosial. Menurut Robertson, Daffern & Buck (Yusuf, Putri M. & Kristiana, 2017), bahwa regulasi emosi dapat digunakan untuk proses pengolahan pengalaman emosi positif maupun negatif. Seseorang yang memiliki regulasi emosi yang baik dapat berperilaku yang positif dan menguntungkan diri sendiri dan orang lain. Hal itu dapat ditandai ketika individu meregulasi emosi maka dapat bekerjasama, menolong, berdamai, berbagi dan sebagainya. begitupula sebaliknya, pengelolaan emosi yang tepat memunculkan perilaku secara rasional dan sadar (Ningrum et al., 2019).

Sebagaimana yang menjadi program SMP Negeri 39 Surabaya yang tergabung dalam pelaksanaan sekolah inklusi. Di SMP Negeri 39 Surabaya terdapat beberapa siswa disabilitas pada masing-masing jenjang kelas. Pada kelas 7 terdapat 13 siswa, kelas 8 terdapat 12 siswa, dan kelas 9 terdapat siswa 14 siswa. Setiap siswa disabilitas memiliki spesifikasi kekhususan masing-masing baik dalam segi fisik, motorik, intelektual, perilaku dan kekhususan lainnya.

Penerimaan siswa disabilitas pada sekolah reguler harus dilakukan identifikasi khusus dari spesifikasi kebutuhan siswa baik dilihat dari profil siswa, kelebihan dan kekurangan, latar belakang dan catatan di sekolah sebelumnya. Hal ini bertujuan untuk merancang Program Pembelajaran Individu (PPI) dalam menempatkan siswa sesuai dengan tingkat kekhususan yang dialami. PPI dapat diidentifikasi berdasarkan kemampuan akademik, wicara, motorik, dan perilaku.

Siswa yang dengan karakteristik tidak mengalami hambatan wicara dan kemampuan akademik berupa pemahaman mendekati siswa reguler maka dapat mengikuti pembelajaran bersama. Namun bagi siswa yang memiliki hambatan wicara, akademik, perilaku dan ketidakmampuan dalam bidang tertentu ditempatkan pada kelas khusus. Penempatan ini bertujuan untuk mendapatkan pendampingan intensif dari GPK pada kompetensi akademik dan lainnya (Khaerani, 2019).

Hal menarik yang peneliti temukan yaitu ditengah keterbatasan siswa disabilitas dengan masing-masing kekhususan tidak menyurutkan barisan prestasi yang diraih. Siswa disabilitas aktif dalam mengikuti perlombaan baik yang diselenggarakan pada tingkat regional maupun nasional. Hal ini didukung dengan pelaksanaan

program yang menjadi rutinitas pengembangan siswa disabilitas.

Terdapat beberapa program yang dilaksanakan yaitu program pengembangan bakat minat keolahragaan, pengembangan motorik, terapi perilaku, dan *life skill* dengan kemandirian diri, memasak dan keterampilan dasar yang harus dimiliki siswa disabilitas untuk bekal kehidupan. Hal ini tentunya juga tidak lepas dari pengelolaan emosi selama proses perkembangan siswa disabilitas untuk kualitas hidup yang baik (Meule et al., 2013)

Dalam Setiawan et al., (2020) menyatakan bahwa penyelenggaraan pendidikan inklusif minimal terdapat guru wali kelas, guru mata pelajaran dan guru pendamping dalam kelas serta berkoordinasi dengan orang tua. Guru pendamping bertugas untuk melaksanakan pendampingan untuk pendidikan kebutuhan khusus, memberikan bantuan layanan khusus, memberikan bimbingan secara berkesinambungan, menyusun instrumen penilaian pendidikan khusus, memonitor perkembangan dan menyusun program bantuan bagi siswa sesuai dengan kekhususannya.

Menurut Mudjito (2012), guru pendamping harus menguasai kompetensi pedagogis, profesional, kepribadian dan sosial. Adapun kompetensi utama yang harus dimiliki guru inklusif yaitu kemampuan umum (*ability*), kemampuan dasar (*basic ability*) dan kemampuan khusus (*specific ability*). Keberadaan guru pendamping bagi peningkatan kemampuan siswa berkebutuhan khusus sangat penting salah satunya dalam kemampuan regulasi emosi.

Jika siswa disabilitas tidak mendapatkan perhatian dan bimbingan khusus maka mereka tidak akan berkembang justru akan menimbulkan masalah lain dari dalam dirinya yang berkaitan dengan kehidupan sosial. Sehingga perlunya

bimbingan dan konseling membantu proses regulasi emosi siswa disabilitas agar mereka dapat membentuk pribadi, mengenal lingkungan dan pemenuhan masa depan (Lattu, 2018).

Adapun keberadaan BK pada jenjang SMP khususnya BK untuk ABK adalah membimbing, mendidik, mengarahkan, melatih, mendampingi, menilai dan mengevaluasi siswa disabilitas sesuai dengan karakteristik masing-masing. Dengan segala keterbatasan yang dimiliki siswa disabilitas terdapat banyak program yang dilaksanakan dalam membantu siswa dalam regulasi emosi sesuai dengan tahap perkembangannya dan memiliki keterampilan hidup.

Berdasarkan penjabaran di atas maka akan dilakukan penelitian studi kasus tentang regulasi emosi serta peran BK pada siswa disabilitas SMPN 39 Surabaya. Sehingga bertujuan untuk mengetahui fenomena regulasi emosi serta peran bimbingan dan konseling pada siswa disabilitas di SMP Negeri 39 Surabaya. Adapun fokus penelitian ini adalah apa saja masalah siswa disabilitas, bagaimana stabilitas emosional yang dialami, respon emosional yang ditunjukkan, bentuk kontrol emosi yang dilakukan, peran keterlibatan guru dalam regulasi emosi, dan keberhasilan perilaku serta dilengkapi dengan program-program bagi siswa disabilitas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode studi kasus. Menurut (Creswell, 2010), studi kasus adalah strategi penelitian dimana peneliti melakukan penyelidikan secara cermat pada suatu program, peristiwa, aktivitas, dinamika dalam sekelompok individu. Dalam pelaksanaannya, penelitian ini menerapkan studi kasus dengan menggunakan studi kasus intrinsik. Dengan menginterpretasikan

kasus dari segi kekhususannya dan keunikannya, bukan mewakili dari kasus lain. Sebagaimana dalam penelitian merujuk pada kekhasan dan keunikan dari siswa yang menyandang disabilitas di SMP Negeri 39 Surabaya.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh komponen yang menempuh dan melaksanakan pendidikan di SMP Negeri 39 Surabaya. Adapun sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana sampel dipilih berdasarkan karakteristik tertentu yang telah ditentukan. Adapun karakteristik dalam penelitian yaitu siswa yang termasuk dalam kategori penyandang disabilitas di SMP Negeri 39 Surabaya dan guru pendidikan khusus yang mendampingi siswa disabilitas secara langsung dengan intensitas pertemuan yang tinggi.

Pengumpulan data dalam penelitian bertujuan untuk memperoleh data yang sesuai dengan yang diinginkan. Teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan beberapa metode yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur, dimana dalam pelaksanaannya lebih bebas dan lebih terbuka. *Interviewee* secara bebas berpendapat dan menyatakan ide-idenya (Sugiyono, 2016).

Table 1. Subjek Wawancara

Subjek	Kode				
	G1	G2	G3	W1	W2
Peran	GPK Kelas 7	GPK Kelas 8	GPK Kelas 9	Guru Kelas	Guru Kelas

Adapun teknik observasi yang digunakan yaitu observasi partisipasi, observasi secara terang-terangan dan tersamar, dan observasi yang tidak berstruktur. Peneliti mengumpulkan data dan ikut dalam beberapa kegiatan siswa

disabilitas selama pembelajaran, namun tidak seluruh kegiatan. Penelitian dilengkapi dengan pengumpulan dokumen-dokumen penting berupa gambar, karya maupun berkas penting lainnya yang berkaitan dengan subyek yang diteliti. Adapun data yang dikumpulkan yaitu profil siswa, program bagi siswa disabilitas, dan prestasi siswa disabilitas.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah model interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman (Sugiyono, 2016). Model interaktif dilakukan dengan pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dilengkapi dengan dokumen-dokumen penting yang berkaitan dengan regulasi emosi siswa disabilitas di SMP Negeri 39 Surabaya.

Kemudian dilakukan reduksi data dengan membuat rangkuman, memilih informasi penting, memfokuskan pada hal-hal yang pokok, dan mencari inti pembahasan. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran secara lebih terperinci sehingga memudahkan peneliti untuk melakukan pengumpulan dan melengkapi data selanjutnya yang diperlukan.

Setelah data telah direduksi, maka data dapat disajikan dalam naskah penelitian. Penyajian data dalam penelitian dapat dijabarkan berupa uraian singkat, tabel/bagan, dan hubungan antar kategori. Pada tahap akhir yaitu penarikan kesimpulan dengan cara kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal kemudian didukung dengan bukti-bukti lapangan yang valid dan tetap konsisten maka dapat disimpulkan bahwa kesimpulan dapat dipercaya/kredibel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan metode penelitian yang digunakan maka dapat menjabarkan situasi

fenomena yang diteliti secara kredibel dari sumber yang berkaitan langsung. Penelitian ini dilakukan dengan pengumpulan data melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipasi, dan dokumentasi.

Adapun hasil observasi yang telah dilaksanakan secara langsung, peneliti mengamati perilaku, ekspresi, dan hal-hal yang nampak pada siswa disabilitas berkaitan dengan regulasi emosi. Siswa disabilitas terlihat memiliki suasana hati yang stabil dilihat dari sikap yang tenang, diam, mendengarkan duru dan tidak melakukan tindakan yang berlebihan dan tidak sesuai.

Siswa dengan golongan autis juga dapat dikatakan stabil karena tidak ada tindakan penolakan walau tetap membutuhkan pendampingan sepanjang pembelajaran. Siswa yang memiliki sensitivitas yang tinggi sering tiba-tiba menangis dan diam tidak mau berbicara. Dengan demikian, siswa disabilitas cenderung menunjukkan respon emosional yang tidak destruktif dan terkontrol.

Berikut hasil wawancara yang disajikan dalam bentuk deskripsi (Fathoni & Setiawati, 2020).

Table 2. Hasil Wawancara

Topik	Subjek Wawancara				
	G1	G2	G3	W1	W1
Masalah siswa disabilitas	Siswa mengalami kendala baca-tulis-hitung, masalah akademik, dan masalah sosial seperti sulit beradaptasi dengan lingkungan baru. Hal ini terjadi karena minimnya interaksi dengan orang lain.	Siswa lebih banyak mengalami masalah terkait dengan akademik, seperti baca tulis dan hitung. Siswa memiliki suasana hati yang berubah-ubah yang juga berpengaruh pada kondisi dan respon pada orang sekitar.	Terdapat dua siswa yang sering mengalami kendala, yaitu suasana hati yang sering berubah, bisa terlalu ditekan pada suatu instruksi. Namun sekarang sudah mengalami peningkatan menjadi lebih baik	Masalah siswa biasanya berkaitan dengan kekhususan siswa. Pada kelas 9 sudah stabil, pada kelas 8 cukup stabil terdapat 2 siswa yang kurang stabil, dan pada kelas 7 cukup stabil, ada 3 siswa yang memiliki kurang stabil.	Ada siswa yang memiliki kemampuan adaptasi cepat dan tidak, juga ada yang memiliki emosi mudah naik dan stabil. Untuk siswa yang memiliki emosi naik turun dan sensitif, guru harus memahami suasana hati dan kondisi emosional siswa.
Stabilitas Emosional	Rata-rata stabil karena dapat berkoordinasi, hanya satu anak yang menjadi tantangan bagi guru karena tidak bisa mendengar suara dengan intonasi keras dan memiliki sensitivitas yang tinggi.	Stabil. Siswa terlihat nyaman dan dapat menjalin komunikasi dengan siswa baik mengenai kegiatan yang dilakukan siswa sehari-hari maupun kegiatan akademik.	Suasana hati siswa yang mudah berubah dan tidak dapat diforsir untuk melakukan suatu kegiatan dalam satu waktu, sehingga harus bertahap dan sesuai dengan keadaan hati.	Secara keseluruhan stabil namun beberapa anak yang memiliki sensitivitas dan pola asuh orang tua yang kurang mendukung sehingga memiliki emosi yang kurang stabil.	Emosi siswa naik turun, ada yang sudah tertata ada yang memiliki sensitivitas tinggi menjadi tantangan untuk pendekatan dan berkomunikasi. Namun secara keseluruhan, emosi siswa tergolong stabil
Respon Emosional	Cenderung diam, tidak fokus belajar, susah dalam mengerjakan karena tidak	Cenderung menerima emosi namun jika berada dalam suasana hati tidak baik	Cenderung menerima emosi yang dirasakan dan tidak memberontak atau melakukan	Tidak terlalu kelihatan karena minimnya kesempatan pertemuan secara langsung,	Emosi yang sering dimunculkan jika siswa tidak dalam keadaan suasana hati yang baik

	fokus dan tidak bersemangat. Sedangkan siswa yang tingkat mentalnya rendah dan sensitif yaitu tiba-tiba menangis, tidak mau berbicara, dan tidak ingin didekati.	menunjukkan ekspresi muram dan tidak fokus saat pembelajaran serta cenderung diam saja. Siswa juga responsive ketika ditanya, sehingga guru merasakan emosi siswa.	tindakan yang berlebihan. Untuk kelas 9 lebih tertata baik secara sikap dan bentuk emosi. Bahkan kadang ikut menenangkan dan mengajari temannya.	Bagi anak yang memang memiliki kemampuan pengelolaan emosi yang kurang mereka mudah menangis secara tiba-tiba dan tidak berbicara samasekali.	yaitu marah, menggigit jari-jarinya, membenturkan kepala (autis), sering marah (tunagrahita). Emosi tidak hanya marah, namun juga seperti tiba-tiba menangis.
Bentuk Kontrol Emosi	berupa perilaku yang paling penting yaitu suasana hati agar siswa tidak memberontak sehingga bisa mengolah emosi yang dirasakan dan berinteraksi dengan orang lain.	berupa tindakan atau perilaku luapan emosional yang tidak berlebihan, melakukan kegiatan sehari-hari dan pengalihan suasana menjadi lebih tenang.	Pengalihan suasana yang dibantu dengan GPK dengan membuat obrolan-obrolan ringan terkait dengan aktivitas yang dilakukan dengan siswa agar mereka bercerita.	berupa perilaku, dimana siswa tidak memberontak dan menerima emosi yang dirasakannya baik emosi positif maupun negative	Siswa disabilitas ada yang menolak emosi sehingga memberontak, guru mencari penyebab dari perilaku tersebut sehingga dapat menemukan solusi yang tepat.
Peran Guru	Guru melibatkan diri dengan komunikasi interpersonal dan harus menimbulkan rasa suka yang dimiliki oleh anak. Kesadaran dan keterlibatan hati dengan ketulusan dan keakraban. Menjadi teman, kakak dan sahabat bagi siswa disabilitas. Pembelajaran dilaksanakan ketika siswa sudah tenang.	Bagi siswa yang memiliki ketahanan mental yang rendah perlu modifikasi proses pembelajaran yaitu dengan menempatkan di ruang pintar, diajak bermain atau menonton, sehingga siswa tidak tegang dan sedikit demi sedikit dapat beradaptasi dan memiliki keterikatan emosional dengan guru.	Tidak memberikan porsi tanggung jawab sekali pengerjaan namun dilakukan secara bertahap dan menjaga stabilitas emosional siswa dengan melakukan pendekatan personal secara langsung dan diberikan ruang. Memebrikan kepercayaan kepada siswa dan berkoordinasi dengan orang tua.	Ada terapi perilaku untuk siswa disabilitas yang mengalami masalah emosi. Kemudian melakukan koordinasi dengan orang tua dan pengadaan acara parenting yang diberikan kepada orang tua. Bekerjasama dengan pihak-pihak di luar sekolah dalam pelaksanaan program yang mendukung perkembangan siswa.	Ketika dalam ruang belajar, guru tidak langsung memulai pelajaran, namun bisa dimulai dengan permainan bersama, ketika siswa sudah memiliki suasana hati yang baik maka bisa dimulai pembelajaran. Pengelolaan emosi berguna untuk menciptakan suasana hati siswa bisa baik.
Keberhasilan perilaku	Alhamdulillah, saya tidak bisa mengatakan berhasil, namun siswa mengalami peningkatan. Hal terpenting yaitu siswa merasa nyaman dengan saya sehingga menjadi lebih terbuka, memiliki	Berhasil, karena pada tiap pertemuan berkelanjutan ada peningkatan dari siswa baik secara kognitif maupun afektif. Siswa menjadi lebih fokus dan konsentrasi, bisa bertanggung jawab,	Merasa belum puas karena interaksi yang kurang intensif sehingga kurang mengetahui perkembangan anak dan menjalin hubungan emosional dengan siswa. Belum masuk	Cukup, yang paling penting yaitu ada koordinasi dengan orang tua, dimana apa yang telah dipelajari di sekolah ditindaklanjuti oleh orang tua selama berada di rumah sehingga	Berhasil, ada peningkatan kemampuan siswa baik dari segi kognitif, motorik, perilaku maupun psikis emosional. Siswa yang suka menangis sudah tidak menangis, yang dulu tidak mau bertemu

	keterikatan sehingga siswa mengikuti arahan dan bimbingan bahkan sering bercerita tentang apapun. Sehingga memudahkan dalam pengembangan keterampilan diri.	kooperatif, tertib, dapat menerima instruksi dan dapat menerapkan <i>daily respons</i> . mulai mengenali, beradaptasi, menerima dan terlibat dengan lingkungan sosial diluar keluarga.	pada tahap siswa terbuka secara langsung kepada GPK. Namun saat ini sudah bagus dan tertata, siswa mampu beradaptasi dan berhubungan dengan orang lain. Bahkan kadang bercerita secara terbuka kepada guru.	keterampilan siswa meningkat. Pengembangan baik keterampilan diri maupun kemandirian <i>life skill</i> siswa agar mampu melakukan kegiatan mandiri dan bekerjasama dengan orang lain.	dengan orang lain menjadi dapat berinteraksi. Hal ini bergantung bagaimana bimbingan guru dan pola asuh orang tua yang mendukung kemampuan dalam mengelola emosi, adaptasi dan kemandirian diri.
--	---	--	---	---	--

Adapun dokumentasi yang melengkapi pengumpulan data dalam penelitian yaitu berupa informasi pribadi tentang siswa disabilitas, daftar program-program dan kegiatan, karya buatan siswa disabilitas dan daftar prestasi siswa disabilitas

Pembahasan

Siswa disabilitas memiliki masalah yang berbeda-beda sesuai dengan kekhususan dan karakteristik siswa. Terdapat siswa yang memiliki kendala pada bidang akademik, motorik, perilaku dan emosi.

Beberapa siswa mengalami kesulitan dalam baca-tulis-hitung dan pemahaman. Siswa sering meninggalkan beberapa huruf ketika membaca atau menulis. Ada beberapa anak yang masih dalam taraf rendah akademik dengan spesifikasi jenis soal tipe C. Soal tipe C adalah tipe soal yang hanya terdapat 2 pilihan.

Rata-rata kondisi emosi siswa disabilitas stabil. Sebagian besar siswa dapat berkoordinasi, mengikuti pembelajaran dengan baik, tidak melakukan tindakan desktruktif. Namun bagi siswa yang memiliki sensitivitas tinggi dan mental yang belum matang, kadang tiba-tiba menangis dan tidak berbicara sama sekali.

Setelah digali hal ini tidak hanya terjadi karena faktor lingkungan baru namun juga pola asuh orang tua yang kurang mendukung. orang

tua memiliki peran dalam perkembangan anak terlebih peran ibu. Ada orang tua yang kurang kooperatif, acuh kepada anak dan timpang peran dari salah satu orang tua (Pratisti, 2012).

Beberapa jenis emosi negatif menurut (Mukaromah & Basri, 2017) adalah emosi marah, emosi sedih, emosi takut dan emosi benci. Ketika siswa dalam kondisi emosi yang baik maka pelajaran dapat berjalan lancar. Namun ketika dari rumah sudah dalam keadaan mood yang buruk, guru harus melakukan pendekatan untuk mengalihkan suasana hati siswa. Hal ini menjadi tantangan dalam pengembangan diri siswa dan lebih mengenal siswa untuk memberikan pendekatan yang lebih efektif,

Selain itu, guru sering melakukan pendekatan terhadap siswa. Terdapat berbagai pendekatan yang dilakukan yaitu melalui komunikasi ringan, bermain, bernyanyi dan kegiatan pengalihan suasana hati. Hal ini bertujuan agar siswa dapat menata suasana hati sehingga dapat belajar dengan optimal. Pemberian layanan dan pendampingan dilakukan secara intensif (Lattu, 2018).

Guru memegang peran penting dalam pengolahan regulasi emosi siswa disabilitas. Perkembangan siswa disabilitas dibawah siswa reguler, namun diharapkan mampu untuk menghadapi masalah baik pada bidang akademik maupun non akademik. Hal ini menjadi dasar

perlu bimbingan dan pendampingan sehingga siswa tidak terisolasi dari lingkungan atau kelompok sosial masyarakat (Wiyono, 2019).

Guru menempatkan diri sebagaimana jiwa siswa disabilitas agar dapat melibatkan emosional siswa guna mengoptimalkan potensi. Ketika siswa sudah dekat dengan guru maka guru akan mengenali kondisi dan tindakan yang tepat untuk perkembangan diri. Keterikatan dan keterlibatan emosional antara guru dan siswa dapat memberikan peluang dalam menerapkan pendekatan yang tepat.

Guru melakukan komunikasi interpersonal, memberikan keterampilan diri, dan terapi bagi siswa yang membutuhkan. Sehingga selalu ada evaluasi dan target peningkatan perkembangan siswa. Pengelolaan emosi berkaitan juga dengan tingkat kemampuan adaptasi siswa terhadap orang lain dan lingkungan. Tidak hanya untuk siswa, namun juga diadakan parenting bagi orang tua siswa. Hubungan dan pola asuh orang tua terhadap anak memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi (Muarifah et al., 2020).

Siswa menunjukkan sikap tenang, diam, kooperatif, dan suara stabil. Ada satu siswa yang tiba-tiba menangis dan tidak mau berbicara. Ada juga yang perlu ditemani oleh orang tua namun secara emosional stabil. Dari keseluruhan 39 siswa disabilitas hanya terdapat 3 siswa yang mengalami masalah berkaitan dengan emosi, sehingga 36 siswa lainnya memiliki tingkatan emosi yang stabil dan terkontrol.

Pengelolaan emosi yang baik berpengaruh pada perilaku siswa disabilitas. Selain memiliki dampak baik pada dirinya sendiri, pengelolaan emosi juga berdampak baik bagi orang lain. Bahkan ada siswa disabilitas yang juga mampu mengajari siswa disabilitas.

Secara keseluruhan, keadaan emosi siswa disabilitas dapat dikatakan stabil dan

menunjukkan perilaku yang terkontrol dan positif. Hal ini dapat mendukung perkembangan kognitif, motorik dan pengembangan keterampilan hidup. Sehingga bimbingan dan pendampingan terus berlanjut agar siswa dapat menjadi pribadi yang bertanggung jawab terlebih pada diri sendiri. Hal ini tentu menjadi bekal bagi kehidupan siswa di masa depan (Putri, 2020).

Terdapat beberapa program yang dilaksanakan untuk membantu siswa disabilitas, yaitu sebagai berikut:

- 1) Terapi baca tulis hitung. Terapi ini bertujuan untuk melatih kemampuan membaca, menulis dan berhitung bagi siswa disabilitas yang memiliki kendala pada bidang tersebut.
- 2) Terapi perilaku. Terapi ini ditujukan pada siswa disabilitas yang teridentifikasi kekhususan autis dan memiliki gangguan perilaku dan emosi.
- 3) Terapi okupasi. Terapi ini diberikan untuk melakukan kegiatan sehari-hari seperti perawatan diri (makan, mandi, memasak, berpakaian), bersosialisasi, dan latihan motorik.
- 4) Keterampilan life skill. Siswa disabilitas tidak hanya dibekali kemandirian diri melalui terapi okupasi namun juga keterampilan tangan dan kreativitas dalam mengembangkan keterampilan diri.
- 5) Kunjungan setiap tahun. Kegiatan ini dilakukan setiap satu tahun sekali. Pada tahun 2018 diadakan kunjungan ke kenjeran dan pada tahun 2019 diadakan di pemadam kebakaran (PMK).
- 6) Parenting bagi orang tua siswa disabilitas. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tujuan memberikan pengetahuan dan pembekalan tentang anak disabilitas. Selain itu sebagai ruang bagi orang tua terkait pengalaman

masing-masing dalam merawat anak disabilitas.

Terapi perilaku berawal dari identifikasi hasil asesmen, siswa yang memiliki emosi tidak stabil seperti anak autisme, dibawa keruang pintar sebelum ke reguler. Adanya pemberian latihan konsentrasi, berkomunikasi, kemandirian, dan memperbanyak gambar dan ilustrasi dalam pembelajaran. Terapi dilakukan secara humanis mengikuti kemauan anak dan emosi yang dirasakan sehingga dapat kontak langsung dengan guru.

Sebagaimana menurut (Hasyim, 2014) adanya program dan pengembangan keterampilan dapat membantu dalam membentuk potensi dan hidup yang berkualitas. Begitu pula dengan pengelolaan emosi yang lebih positif seiring perkembangan siswa disabilitas melalui pendampingan guru dan orang tua.

Menurut Khoirunnisa & Nursalim (2012), siswa disabilitas semakin cepat memahami stimulus apabila terbiasa mendapatkan stimulus tersebut. Pembiasaan pada keterampilan bertujuan untuk melatih motorik, perilaku dan pengembangan kemandirian hidup. Contoh pengembangan kemandirian anak yaitu memakai baju, kegiatan di kamar mandi, bersih-bersih, memasak, dan keterampilan lainnya yang termuat dalam lembar kerja harian siswa.

Dengan segala keterbatasan siswa disabilitas, mereka terlibat aktif dalam setiap program dan perlombaan. Adapun prestasi siswa disabilitas meliputi bidang keolahragaan, seni musik, seni lukis dan kewirausahaan. Regulasi emosi yang baik akan berpengaruh pada perilaku dan mendukung prestasi (Kliwon & Sarwanto, 2019).

Siswa disabilitas juga menghasilkan karya-karya berupa keterampilan tangan dan karya seni seperti karya lukis. Proses tersebut tidak hanya melatih motorik siswa namun juga kesabaran dan

ketelatenan yang secara tidak langsung dapat melatih emosi siswa. Hal ini menghasilkan karya yang bagus dan pengelolaan diri dan emosi yang positif.

PENUTUP

Siswa disabilitas mengalami suasana hati yang sering berubah-ubah baik karena faktor jenis kekhususan, kematangan diri, maupun lingkungan. Siswa disabilitas di SMP Negeri 39 Surabaya memiliki kondisi emosi tergolong stabil dan terkontrol. Hal ini dapat dilihat dari stabilitas emosional yang bagus, respon emosional yang tidak destruktif dan cenderung terkontrol, bentuk kontrol emosi yang membangun dengan peran keterlibatan guru dalam regulasi emosi secara berkelanjutan sehingga menunjukkan keberhasilan perilaku yang positif.

Pengelolaan emosi tidak serta merta dapat terbentuk, oleh karena itu perlu bimbingan dan pendampingan dari guru agar dapat berjalan secara maksimal. Terdapat beberapa program-program bagi siswa disabilitas yaitu terapi baca tulis hitung, terapi perilaku, terapi okupasi, keterampilan life skill dan kunjungan setiap tahun. Selain itu juga pengadaan parenting bagi orang tua siswa disabilitas. Sehingga dengan regulasi emosi yang baik maka selaras dengan usaha peningkatan pada kognitif, motorik dan afektif siswa dalam bersosialisasi, pengembangan diri dan bekal keterampilan hidup dalam masyarakat.

SARAN

Terdapat beberapa saran dari peneliti terhadap berbagai pihak berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan, khususnya sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Dengan penelitian diharapkan dapat sebagai referensi baik bagi siswa

disabilitas maupun siswa reguler dalam memahami kondisi dan regulasi emosi siswa disabilitas.

2. Bagi Tenaga Pendidik khususnya Guru BK

Dengan penelitian diharapkan dapat menjadi pertimbangan intervensi layanan dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi siswa disabilitas yang menempuh pendidikan di sekolah inklusi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dengan menggunakan variabel lain dan subjek yang lebih signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfarabi, Amiruddin, M. (2017). Persepsi Masyarakat Banda Aceh terhadap Prestasi Olahraga Taekwondo. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*, 3(November), 248–258.
- Creswell, J. W. (2010). *Research design: pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. PT Pustaka Pelajar.
- Fathoni, M. S. Al, & Setiawati, D. (2020). Studi Kasus Perilaku Bullying Relasional di Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik. *Jurnal BK Unesa*, 11(3), 397–406.
- Goleman, D. (2018). *Emotional Intellengence: Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hasyim, H. (2014). Peran Bimbingan Konseling Islam dalam Menurunkan Tekanan Emosi Remaja. *Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(1), 55–72.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan T. (2019). *Kemendikbud Ajak Daerah Tingkatkan Pendidikan Inklusif*. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2019/07/kemendikbud-ajak-daerah-tingkatkan-pendidikan-inklusif>
- Khaerani, A. A. (2019). Analisis Kesulitan Anak Berkebutuhan Khusus Dalam Belajar Matematika Di Kelas Inklusi (Penelitian Dilaksanakan Di Smp Negeri 23 Surakarta). In *Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Khoirunnisa, R. N., & Nursalim, M. (2012). Studi Kasus Dinamika Emosi Pada Anak Autis. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 2(2), 108. <https://doi.org/10.26740/jptt.v2n2.p108-120>
- Kliwon, K., & Sarwanto, A. (2019). Pengaruh Aktivasi Regulasi Emosi Terhadap Prestasi Olahraga Atlet Disabilitas NPC Kota Surakarta. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 177–183. <https://doi.org/10.37341/interest.v8i2.173>
- Lattu, D. (2018). Peran Guru Bimbingan dan Konseling pada Sekolah Penyelenggara Pendidikan Inklusi. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 2(1), 61–67. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v2i1.236>
- Meule, A., Fath, K., Real, R. G., Sütterlin, S., Vögele, C., & Kübler, A. (2013). Quality of life, emotion regulation, and heart rate variability in individuals with intellectual disabilities and concomitant impaired vision. *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 3(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/2211-1522-3-1>
- Muarifah, A., Fauziah, M., & Saputra, W. N. E. (2020). Kontribusi Parent-Child Attachment terhadap Regulasi Emosi, Harga Diri, Konformitas dan Resiliensi Siswa. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan*

- Konseling*, 5(2), 63–71.
<https://doi.org/10.17977/um001v5i22020p063>
- Mudjito, D. (2012). *Pendidikan Inklusif* (Wardi (ed.)). Baduose Media.
- Mukaromah, U., & Basri, A. S. H. (2017). Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi Emosi Negatif Siswa Tunanetra Di Man Maguwoharjo. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 12(2), 1–10.
<https://doi.org/10.14421/hisbah.2015.122-01>
- Ningrum, R. E. C., Matulesy, A., & Rini, R. A. P. (2019). Hubungan antara Konformitas Teman Sebaya dan Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Perilaku Bullying pada Remaja. *Insight : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 15(1), 124.
<https://doi.org/10.32528/ins.v15i1.1669>
- Permendiknas. (2019). *Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 70 Tahun 2009 tentang Pendidikan Inklusif bagi Peserta Didik yang Memiliki Kelainan dan Memiliki Potensi Kecerdasan dan/atau Bakat Istimewa*.
- Pratisti, W. D. (2012). Peran Kehidupan Emosional Ibu, Budaya Dan Karakteristik Remaja Pada Regulasi Emosi Remaja. *Prisiding Seminar Nasional Psikologi Islam*, 116–130.
- Putri, D. R. (2020). Implementasi Regulasi Emosi dalam Meningkatkan Efikasi Diri Difabel. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 03(2), 70–83.
- Riahta, R., Hasanah, N., & Pratiwi, A. (2015). Regulasi Emosi Mahasiswa Penyandang Tunarungu dalam Relasi dengan Kawan Sebaya. *Indonesian Journal of Disability Studies*, 2(1), 43–51.
- Setiawan, H., Oktavianti, I., Jiwandono, I. S., Affandi, L. H., Ermiana, I., & Khair, B. N. (2020). Analisis Kendala Guru Di SDN Gunung Gatep Kab. Lombok Tengah Dalam Implementasi Pendidikan Inklusif. *Didaktis: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Pengetahuan*, 20(2), 169–183.
<https://doi.org/10.30651/didaktis.v20i2.4704>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Undang-Undang. (2016). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 Tentang Penyandang Disabilitas*.
- Wiyono, B. D. (2019). *E-Counseling for Children with Disabilities*. 388(Icse), 69–72.
- Yusuf, Putri M. & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Empati Universitas Diponegoro*, 7(1), 98–104.