

**PENGARUH *REGULASI* EMOSI TERHADAP KINERJA
MENGAJAR GURU SEKOLAH LUAR BIASA DI
KECAMATAN KEDUNGKANDANG**

SKRIPSI



Oleh :

Indriani Agustin

Nim. 19410049

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

HALAMAN JUDUL
PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KINERJA MENGAJAR
GURU SEKOLAH LUAR BIASA DI KECAMATAN KEDUNGKANDANG

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi
salah satu persyaratan dalam memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

Indriani Agustin

NIM. 19410049

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2023

HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KINERJA MENGAJAR
GURU SEKOLAH LUAR BIASA DI KECAMATAN KEDUNGKANDANG

SKRIPSI

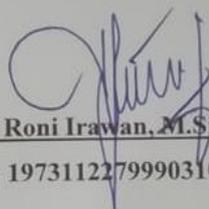
Oleh :

Indriani Agustin

Nim.19410049

Telah Disetujui Oleh

Dosen Pembimbing



Andik Roni Irawan, M.Si, Psi.

NIP. 197311227999031003

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 197611282002122001

HALAMAN PENGESAHAN
PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KINERJA MENGAJAR
GURU SEKOLAH LUAR BIASA DI KECAMATAN KEDUNGKANDANG

Oleh :

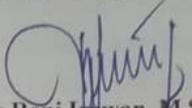
Indriani Agustin 19410049

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 9 Maret 2023
Susunan Dewan Penguji

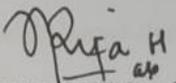
Sekretaris Penguji


Nurul Shofiah, M.Pd
NIP: 19900627201802012201

Ketua Penguji


Andik Roni Irawan, M.Si, Psi.
NIP: 197311227999031003

Penguji Utama

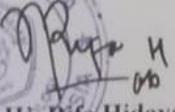

Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si
NIP: 197611282002122001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 9 Maret 2023

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si
NIP: 197611282002122002

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Indriani Agustin

NIM : 19410049

Fakultas : Psikologi Uin Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kinerja Mengajar Guru Sekolah Luar Biasa di Kecamatan Kedungkandang**" benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab pembimbing atau pihak fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapat sanksi.

Malang, Maret 2023

Penulis



Indriani Agustin
NIM. 19410049

MOTTO

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ
عِنْدَ الْغَضَبِ نَفْسَهُ

“Rasulullah SAW bersabda: Bukanlah orang kuat itu yang (biasa menang) saat bertarung atau bergulat, tetapi orang kuat itu adalah yang (mampu) mengendalikan nafsunya ketika marah. “ (HR Bukhari, Muslim, Ahmad)”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

Skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri, yang telah berjuang hingga bisa di titik terselesaikannya skripsi ini. Meski banyak usaha dan waktu yang harus dikorbankan, serta hambatan-hambatan yang harus dilalui. Terimakasih diriku telah berjuang mendapatkan gelar sarjana yang tentunya tidak mudah ini.

Untuk orang tua ku, Bapak Basori dan Ibu Eni Karsipah yang turut menjadi bagian dari perjalanan panjang selama proses pengerjaan skripsi ini. Terimakasih atas segala dukungan dan doa yang tak pernah putus hingga saat ini.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim. Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga peneliti bisa menyelesaikan penelitian ini. Sholawat serta salam juga tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang senantiasa kita nantikan syafaatnya kelak di hari akhir.

Penelitian ini yang berjudul “Pengaruh *Regulasi* Emosi terhadap kinerja mengajar guru sekolah luar biasa di Kecamatan Kedungkandang” tidak dapat selesai tanpa adanya bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan rasa terimakasih kepada :

1. Prof. Dr.H. M.Zainuddin, MA, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Porf. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Zamroni, S.Psi, M.Pd. Selaku kepala jurusan S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Endah Kurniawati, M.Si, Psikolog, Selaku dosen wali yang telah mendampingi selama menempuh pendidikan sarjana
5. Andik Roni Irawan, M.Psi dan Nurul Shofiah, M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak arahan dan masukan serta meluangkan waktu demi kelancaran penelitian ini.
6. Dosen penguji yang telah memberi masukan dan arahan demi kesempurnaan penelitian ini
7. Segenap civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, terutama seluruh Dosen , terimakasih terucap untuk segala ilmu yang telah disampaikan kepada kami untuk bekal di masa depan kelak
8. Kedua orang tua (Bapak Basori dan Ibu Eni Karsipah), nenek dan juga adik yang selalu memberikan dukungan dan doa terbaik demi kelancaran penelitian ini.

9. Seluruh responden peneliti yakni para guru sekolah luar biasa yang ada di kecamatan kedungkandang
10. Seluruh teman-teman Psikologi angkatan 2019, terimakasih atas segala kisah perjuangan selama menjadi mahasiswa
11. Teman-teman seperjuangan di Kos Pak Eko dan Kos Pak Untung (tidak dapat disebutkan satu persatu) yang menjadi tempat istirahat di kala lelah menerpa, Febri Bagus Setiawan yang selalu memberikan support nya serta tak lupa Tre Hayu Ria Sageta yang telah menjadi teman berbagi keluh kesah.
12. Semua pihak yang telah ikut berkontribusi membantu dalam penelitian ini. Peneliti mengucapkan beribu terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki peneliti. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan segala bentuk saran serta masukan bahkan kritik yang membangun dari berbagai pihak khususnya dalam bidang psikologi industri dan organisasi.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
خلاصة.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian.....	12
BAB II KAJIAN TEORI	14
A. Kinerja Mengajar Guru.....	14
1. Definisi Kinerja Mengajar Guru	14
2. Aspek kinerja mengajar guru	15
3. Faktor yang mempengaruhi kinerja mengajar guru	19
B. Regulasi emosi	21
1. Definisi <i>regulasi</i> emosi	21
2. Aspek-aspek regulasi emosi.....	23
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi	24
C. Keterkaitan regulasi emosi dengan kinerja mengajar	26
D. Hipotesis penelitian	28

BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian	29
B. Identifikasi variabel.....	29
C. Definisi operasional	30
D. Populasi dan sampel	30
E. Teknik pengumpulan data	31
F. Instrumen Penelitian	31
G. Validitas dan reliabilitas	37
H. Analisis data.....	38
1. Uji Asumsi	38
2. Uji Deskriptif	38
3. Uji Hipotesis Dan Uji Regresi Linear Sederhana.	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Deskripsi pelaksanaan kegiatan.....	41
1. Gambaran lokasi penelitian.....	41
2. Waktu dan subjek penelitian	41
3. Hambatan dalam penelitian.....	41
B. Hasil penelitian.....	42
1. Uji validitas dan reliabilitas	42
2. Uji asumsi	45
3. Uji deskripsi	47
4. Uji Hipotesis dan uji analisis regresi linear sederhana.....	53
C. Pembahasan	54
1. Tingkat regulasi emosi	54
2. Tingkat kinerja mengajar guru	57
3. Pengaruh regulasi emosi terhadap kinerja mengajar guru	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue print regulasi emosi	32
Tabel 3.2 Blue print kinerja mengajar	34
Tabel 3.3 Kriteria jenjang	39
Tabel 4.1 Uji validitas regulasi emosi.....	42
Tabel 4.2 Uji validitas kinerja mengajar	43
Tabel 4.3 Uji reliabilitas skala regulasi emosi	44
Tabel 4.4 Uji reliabilitas skala kinerja mengajar	45
Tabel 4.5 Uji normalitas.....	45
Tabel 4.6 Uji linearitas	46
Tabel 4.7 Deskripsi tingkat regulasi emosi	47
Tabel 4.8 Tingkat kategori regulasi emosi.....	48
Tabel 4.9 Frekuensi dan presentase tingkat regulasi emosi	49
Tabel 4.10 Deskripsi tingkat kinerja mengajar	50
Tabel 4.11 Tingkat kategori kinerja mengajar	51
Tabel 4.12 Frekuensi dan presentase tingkat kinerja mengajar	51
Tabel 4.13 Uji hipotesis	53
Tabel 4.14 Analisis regresi linear sederhana.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Konstruk Penelitian.....	27
Gambar 4.1 Diagram Persentase Regulasi Emosi.....	49
Gambar 4.2 Diagram presentase Kinerja Mengajar Guru	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Skala penelitian	72
Lampiran 2 : Uji validitas	76
Lampiran 3 : Uji reliabilitas	84
Lampiran 4 : Hasil uji kategorisasi	85
Lampiran 5 : Uji asumsi	87
Lampiran 6 : Uji hipotesis dan analisis regresi linear sederhana	88

ABSTRAK

Agustin, Indriani, 2023. SKRIPSI. Pengaruh *Regulasi* Emosi Terhadap Kinerja Mengajar Guru Sekolah Luar Biasa Di Kecamatan Kedungkandang. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Andik Roni Irawan, M. Psi

Kata kunci : *Regulasi Emosi, Kinerja Mengajar, Guru SLB*

Regulasi emosi merupakan kondisi psikologis seseorang untuk mengendalikan emosi yang dimilikinya. Untuk memiliki regulasi emosi yang baik seseorang harus memiliki kemampuan untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional. Kinerja mengajar guru adalah tanggung jawab guru dalam memberikan bimbingan belajar yang berisi pengetahuan dan keterampilan yang akan mengarah pada peningkatan prestasi peserta didik.

Penelitian ini bertujuan untuk memaparkan pengaruh regulasi emosi terhadap kinerja mengajar guru Sekolah luar biasa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik random sampling. Subjek penelitian merupakan guru dari dua sekolah luar biasa yang ada di kecamatan kedungkandang, kota malang sebanyak 35 responden. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu regulasi emosi dan kinerja mengajar guru. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji analisis regresi sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas guru sekolah luar biasa memiliki tingkat regulasi emosi sedang sebesar 65,7% dan juga mayoritas kinerja mengajar guru berada kategori sedang sebesar 68,6%. Regulasi emosi memiliki pengaruh yang positif terhadap kinerja mengajar guru sebesar 51,4% sisanya 49,6% kinerja mengajar guru SLB dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian yang diteliti.

ABSTRACT

Agustin, Indriani, 2023. THESIS. The Influence of Emotional Regulation on the Teaching Performance of Special School Teachers in Kedungkandang District. Faculty of Psychology State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. Advisor : Andik Roni Irawan, M. Psi
Keywords: *Emotion Regulation, Teaching Performance, SLB Teachers*

Emotion regulation is a psychological condition of a person to control his emotions. To have good emotion regulation one must have the ability to assess, overcome, manage and express the right emotions in order to achieve emotional balance. Teacher teaching performance is the teacher's responsibility in providing study guidance that contains knowledge and skills that will lead to increased student achievement.

This study aims to describe the effect of emotional regulation on the teaching performance of special school teachers. The method used in this research is a quantitative approach with saturated sample data collection techniques. The research subjects were teachers from two special schools in the Kedungkandang sub-district, Malang City, with a random sampling size of 35 respondents. This study uses two scales, namely emotion regulation and teacher teaching performance. The data analysis used in this study is a simple regression analysis test.

The results showed that the majority of special school teachers had a moderate level of emotional regulation of 65.7%, in the teaching performance variable the majority of teachers were in the medium category of 68.6%. Emotion regulation has a positive influence on teacher teaching performance by 51.4%, the remaining 49.6% of SLB teacher teaching performance is influenced by other variables outside the research studied.

خلاصة

أجوستين ، إندرياني ، 2023. أطروحة. تأثير التنظيم العاطفي على أداء التدريس لمعلمي المدارس الخاصة في منطقة كيدونغكاندانغ. كلية علم النفس جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج M. Psi ، المستشار: أنديك روني إيراوان الكلمات المفتاحية: تنظيم العاطفة ، أداء التدريس ، مدرسو مدرسة غير عادية

تنظيم العاطفة هو حالة نفسية للشخص للتحكم في عواطفه. للحصول على تنظيم جيد للعاطفة ، يجب أن يكون لدى المرء القدرة على تقييم المشاعر الصحيحة والتغلب عليها وإدارتها والتعبير عنها من أجل تحقيق التوازن العاطفي. أداء المعلم التدريسي هو مسؤولية المعلم في تقديم دروس خصوصية تحتوي على معارف ومهارات من شأنها أن تؤدي إلى زيادة تحصيل الطلاب. تهدف هذه الدراسة إلى وصف تأثير التنظيم العاطفي على الأداء التدريسي لمعلمي المدارس الخاصة. الطريقة المستخدمة في هذا البحث هي منهج كمي مع تقنيات جمع بيانات ، العينة المشبعة. كانت موضوعات البحث معلمين من مدرستين خاصتين في منطقة كدوكاندانغ الفرعية ، مدينة مالغ ، بحجم عينة من 35 مشاركًا. تستخدم هذه الدراسة مقياسين ، وهما تنظيم العاطفة وأداء المعلم التدريسي. تحليل البيانات المستخدم في هذه الدراسة هو اختبار بسيط لتحليل الانحدار. وأظهرت النتائج أن غالبية معلمي المدارس الخاصة يتمتعون بمستوى معتدل من التنظيم العاطفي بنسبة 65,7 ٪ ، كما أن غالبية معلمي المدارس الخاصة كانت في الفئة المتوسطة 68,6 ٪. تنظيم الانفعالات له تأثير إيجابي على أداء المعلم التدريسي بنسبة 51,4 ٪ ، بينما تتأثر نسبة 49,6 ٪ المتبقية من أداء تدريس معلم مدرسة غير عادية بمتغيرات أخرى خارج البحث المدروس.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah salah satu aspek terpenting untuk menciptakan kualitas sumber daya manusia yang unggul. Bahkan di zaman modern seperti sekarang perkembangan arus globalisasi yang terus menerus meningkat membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas. Keadaan ini tentunya menuntut individu untuk mempersiapkan serta menyesuaikan diri agar terus mampu beradaptasi dengan perkembangan zaman. Pengembangan kualitas sumber daya manusia yang demikian tentunya harus dipersiapkan secara matang dan terarah salah satunya melalui pendidikan yang berkualitas baik (Putri & Sudarto, 2019).

Menurut Hapsari & Armayanti (2017) dunia pendidikan selalu berevolusi dan mengalami perkembangan, sejalan dengan berkembangnya waktu semakin bertambah pula jumlah penduduk dan kebutuhan akan pendidikan bagi anak-anak, namun sayangnya tidak semua anak lahir dalam keadaan normal, ada beberapa anak yang lahir dengan kebutuhan khusus yang tentunya hal ini berbeda dengan kebutuhan anak normal pada umumnya. Kondisi anak berkebutuhan khusus beragam sekali jenisnya mulai dari yang mengalami gangguan fisik atau biasa dikenal dengan keterlambatan perkembangan, anak yang tidak mampu untuk belajar secara normal atau gangguan intelegensi serta gangguan mental ataupun perilaku bahkan ketika mereka mempunyai bakat ataupun tingkat intelegensi diatas rata-rata.

Setiap tahun jumlah anak berkebutuhan khusus di Indonesia mengalami peningkatan dan untuk saat ini diperkirakan terdapat 4,2 juta anak berkebutuhan khusus. Jumlah ini didapat dari perkiraan PBB yang menyatakan bahwa paling sedikit 10% anak usia sekolah (5-14 tahun) penyandang disabilitas. Menurut Fasli Jalal mantan kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) dalam (Melisa, 2013) menyatakan bahwa anak berkebutuhan khusus ialah anak yang mengalami disfungsi secara fisik, intelektual, emosi, dan sosial. Disfungsi tersebut dapat disebabkan oleh faktor kondisi lingkungan seperti kemiskinan, konflik, bencana ataupun pola asuh yang salah dari orang tua.

Pemerintah telah menetapkan peraturan mengenai pendidikan anak berkebutuhan khusus (ABK). Berdasarkan UU No. 20 tahun 2003 dalam (Khunaifi, 2019) bahwa pendidikan bagi ABK adalah pendidikan khusus yakni Sekolah Luar Biasa (SLB). Anak berkebutuhan khusus ialah mereka yang mempunyai kebutuhan khusus sementara ataupun permanen sehingga membutuhkan perhatian khusus yang lebih intens, anak berkebutuhan khusus membutuhkan dampingan lebih dari orang-orang disekitarnya. Sekolah luar biasa dikhususkan untuk anak berkebutuhan khusus yang memiliki tujuan untuk membantu mereka mendapatkan pendidikan yang sesuai dengan kondisi mereka agar mampu mengembangkan sikap, bakat, minat serta potensi yang mereka miliki.

Suatu sistem pendidikan dapat berjalan dengan baik karena bergantung pada beberapa faktor penentunya. Faktor penentunya itu antara lain guru, murid, kurikulum yang diterapkan dan fasilitas yang mendukung dalam kegiatan proses belajar mengajar. Keberadaan sekolah luar biasa untuk mendidik anak-anak

berkebutuhan khusus dalam mengenyam pendidikan, tidak lepas dari peran seorang guru yang melakukan proses kegiatan belajar mengajar. Dalam proses belajar mengajar yang berlangsung, faktor guru mendominasi dari seluruh struktur pendidikan. Guru pada hakekatnya merupakan faktor penting yang harus ada karena guru yang mempunyai pengaruh besar bagi para muridnya (Prabowo, 2019).

Guru sekolah luar biasa yang memiliki regulasi emosi yang rendah rentan mengalami beberapa masalah yang dapat mempengaruhi kinerja mengajar mereka. Dari observasi yang telah dilakukan menurunnya kinerja mengajar guru sekolah luar biasa yang pertama dipengaruhi oleh regulasi emosi yang rendah dikarenakan guru sekolah luar biasa mengalami tingkat stres yang tinggi karena harus menangani kebutuhan belajar yang beragam dari murid dengan kebutuhan khusus. Jika guru tidak dapat mengelola stres mereka dengan baik, mereka dapat kehilangan fokus, merasa lelah, dan sulit dalam membuat keputusan yang tepat. Kedua yakni kesulitan dalam mengatur emosi hal ini dapat menyebabkan mereka mudah merasa marah, kecewa, atau cemas. Kondisi ini dapat mengganggu kinerja mengajar mereka dan membuat mereka kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan serta kurangnya empati karena regulasi emosi yang rendah dapat membuat guru sekolah luar biasa sulit memahami perasaan murid dan tidak dapat memberikan dukungan yang diperlukan untuk membantu murid meraih kemajuan dalam belajar. Ketiga yakni kesulitan guru sekolah luar biasa dalam menghadapi konflik dengan murid, rekan kerja, atau orang tua murid dapat membuat guru sulit dalam menghadapi konflik dengan cara yang sehat dan efektif. Hal ini dapat mempengaruhi hubungan antara guru dengan murid, rekan kerja, dan orang tua

murid. Hal-hal tersebut yang menjadi gambaran bagaimana regulasi emosi dapat mempengaruhi kinerja mengajar guru sekolah luar biasa yang menyebabkan mereka kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka dengan efektif. Oleh karena itu, penting bagi guru sekolah luar biasa untuk mengembangkan regulasi emosi yang baik untuk meningkatkan kinerja mengajar mereka.

Seorang guru dituntut untuk selalu memiliki pengelolaan emosi yang baik dalam menjalankan tugas mulia yang diembannya. Hal ini dikarenakan guru tidak selalu dihadapkan pada kondisi yang positif seperti kelas yang kondusif maupun murid yang penurut dan memiliki motivasi serta perilaku yang baik. Akan tetapi, guru juga akan dihadapkan pada kondisi yang negatif seperti lingkungan kelas yang tidak kondusif, kondisi peserta didik yang kurang kooperatif dan sulit diatur. Kondisi-kondisi negatif yang pada umumnya sering terjadi di lingkungan belajar ini tentunya akan menimbulkan emosi negatif yang dirasakan seorang guru yang kemudian memerlukan pengelolaan emosi (*Regulasi Emosi*) yang baik agar emosi negatif tersebut dapat disalurkan ke arah yang positif.

Menurut Khaerunnisa, dkk (2019) *Regulasi* emosi harus dimiliki oleh semua guru dikarenakan setiap guru memiliki tantangan yang berbeda-beda di masing-masing sekolahnya. Tantangan dan ujian yang dihadapi oleh seorang guru di sekolah biasa tidaklah sekompleks dan sulit dibandingkan dengan guru sekolah luar biasa, di mana para guru harus menghadapi peserta didik yang tidak biasa atau memiliki kekhususan atau yang biasa disebut dengan ABK (Anak Berkebutuhan Khusus). Sekolah luar biasa adalah sekolah yang siswa nya terdiri dari siswa yang memiliki kebutuhan khusus. Guru pendamping khusus tersebut harus mampu

dengan baik mengatasi permasalahan belajar anak berkebutuhan khusus. Karena itu, guru pendamping di sekolah luar biasa pastinya memiliki beban emosi yang lebih berat dibanding dengan guru yang berada di sekolah biasa. Menurut pendapat Hayati, dkk (2015) anak berkebutuhan khusus memiliki perilaku dan emosional yang tidak stabil dan sering kali berubah-ubah.

Menurut Pratiwi dan Mardianty (2022) masalah yang muncul pada guru reguler tentunya berbeda dengan masalah pada guru pendidikan khusus atau SLB. Guru SLB memiliki tingkat emosi yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru reguler. Hal ini disebabkan anak berkebutuhan khusus membutuhkan lebih banyak perhatian dan pelatihan dibandingkan anak normal sehingga untuk menanganinya dapat menimbulkan kelelahan fisik dan mental. Untuk mengatasi hal tersebut seorang guru harus mempunyai kemampuan dalam mengontrol emosinya untuk menghadapi masalah yang dihadapi.

Beban kerja yang dialami guru pendamping anak berkebutuhan khusus sudah pernah diangkat dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rachmawaty, dkk (2015) hasilnya menyimpulkan bahwa keenam guru pendamping mengalami adanya beban kerja dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus. Semua subjek menjelaskan bahwa bentuk beban kerja adalah harus mengawasi serta tidak bisa melepas anak muridnya yang berkebutuhan khusus. Guru yang menerima beban kerja dalam menangani anak berkebutuhan khusus harus melakukan *regulasi* emosi yang baik dan menghindari adanya *disregulasi*. Penelitian lain dilakukan oleh Restina dan Mardiawan (2017) menunjukkan bahwa dua dari dua belas orang guru mampu *meregulasi* emosinya dengan baik sementara sisanya mengalami

disregulasi emosi. Guru yang mampu melakukan *regulasi* emosi dengan baik menunjukkan bahwa ketika guru menerima situasi emosi yang menimbulkan emosi negatif, guru dapat menerima emosi yang dirasakannya. Sebaliknya, guru yang mengalami *disregulasi* memperlihatkan respon yang kurang baik terhadap siswanya.

Penelitian ini dilakukan di dua sekolah inklusi yang memiliki fokus pada pendidikan anak-anak dengan berbagai kebutuhan khusus. Sekolah pertama adalah sekolah luar biasa yang menangani berbagai gangguan, termasuk autisme, sindrom Down, ADHD, tuna netra, tuna daksa, tunagrahita, tuna rungu, dan lain sebagainya. Di sekolah ini, anak-anak dengan kebutuhan khusus tersebut diberikan perhatian dan dukungan khusus dalam belajar dan mengembangkan potensi mereka. Sekolah kedua juga merupakan sekolah inklusi, tetapi fokusnya lebih terbatas pada anak-anak dengan gangguan ketunaan. Di sekolah ini, mereka menangani anak-anak dengan gangguan tuna netra, tuna rungu, dan tuna daksa. Sekolah ini juga menyediakan pendekatan dan sumber daya yang spesifik untuk mendukung perkembangan anak-anak dengan kebutuhan khusus tersebut. Kedua sekolah ini menciptakan lingkungan yang inklusif dan ramah bagi anak-anak dengan kebutuhan khusus. Mereka menyediakan fasilitas dan metode pengajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan individual setiap siswa. Selain itu, para pendidik dan staf di sekolah-sekolah ini memiliki pengetahuan dan keterampilan khusus dalam mendukung perkembangan anak-anak dengan kebutuhan khusus.

Berdasarkan pengamatan secara umum yang telah dilakukan, masih terdapat guru yang belum memahami betul tentang metode pengajaran yang tepat

diterapkan untuk anak berkebutuhan khusus, hal ini disebabkan karena latar belakang pendidikan yang kurang sesuai, oleh karenanya guru harus banyak belajar serta mengikuti pelatihan-pelatihan mengajar untuk anak berkebutuhan khusus. Tidak hanya guru dengan latar pendidikan yang tidak sesuai, bahkan guru dengan latar pendidikan luar biasa pun merasa masih kurang bisa mendidik anak berkebutuhan khusus karena kurangnya kemampuan interaksi mereka sehingga sangat sulit menentukan metode pengajaran yang tepat. Hal ini juga didukung dari hasil wawancara bersama salah seorang guru *“Saya kadang merasa masih kurang maksimal dalam melakukan pengajaran, disamping karena masalah latar belakang pendidikan saya, anak-anak berkebutuhan khusus sangat sulit sekali untuk dibina, tingkah laku nya sering kali membuat geram. Namun saya harus tetap sabar dalam mendidik mereka. Tak hanya sabar saya juga harus terus mengikuti pelatihan-pelatihan yang berhubungan dengan ABK untuk meningkatkan kemampuan saya mengajar mereka”*. Tidak hanya guru dengan latar belakang pendidikan non-PLB, guru dengan latar belakang PLB juga turut mengungkapkan keluh kesahnya mengajar anak berkebutuhan khusus *“saya itu itu lo mbak kadang juga ngerasa capek ngajar mereka, apalagi yang hiperaktif mereka gak bisa diam di kelas, saat jam pelajaran berlangsung mereka berlarian kesana kemari dan tidak menghiraukan saya yang menjelaskan pelajaran, mau dicubit biar takut tapi ya namanya anak berkebutuhan khusus harus saya maklumi hehehe.... Jadi sebisa mungkin saya yang mencoba mengontrol emosi saya, pokoknya jadi guru anak luar biasa itu harus luar biasa juga sabar nya mbak”*

Terdapat beberapa kendala yang dihadapi guru SLB dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus di kelas seperti adanya siswa yang keluar masuk saat jam pelajaran, sulitnya untuk membuat anak berkebutuhan khusus berkonsentrasi dalam pelajaran, akses pelayanan dalam proses pembelajaran untuk anak berkebutuhan khusus masih kurang, anak berkebutuhan khusus sangat lambat dalam menerima pelajaran dan kurang memiliki motivasi untuk belajar (Sari dkk, 2017)

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti ketika peneliti masuk ke dalam kelas diketahui bahwa sistem pembagian kelas cukup jelas yakni mulai dari jenjang TK, SD, SMP dan SMA, yang menjadi masalahnya adalah pembagian kelas tidak ditentukan berdasarkan kondisi disabilitas anak sehingga terkadang dalam satu kelas terdapat anak dengan gangguan tunagrahita, tunanetra, tuna daksa, dan autis. Anak autis cenderung melakukan hal-hal yang tidak bisa terkontrol dan diduga sebelumnya seperti berlarian di dalam kelas, bersuara sangat keras dan mengganggu murid lain serta tidak fokus untuk mengikuti pelajaran, hal ini membuat suasana kelas menjadi tidak kondusif. Meskipun kadang dalam satu kelas dibantu oleh dua guru sekaligus akan tetapi dari observasi yang didapatkan oleh peneliti, terkadang guru juga merasa emosi pada tingkah laku anak didiknya yang sulit dibina sehingga hanya fokus pada anak didik yang mudah dibina dan mengabaikan yang lainnya sehingga kinerja mengajar guru bisa dikatakan menurun karena disebabkan oleh faktor emosi dan perilaku apatis yang dilakukan. Fenomena lain yang ditemukan adalah meski pembagian kelas sudah jelas ditentukan ada juga murid-murid lain yang masuk ke dalam kelas tidak sesuai jenjang nya, contohnya

ketika peneliti melakukan observasi di kelas SMP, ada satu anak SMA yang mengikuti kelas, ketika peneliti bertanya kepada guru pengajar di kelas mengapa anak tersebut tidak masuk di kelas SMA, guru tersebut pun menjawab jika anak tersebut terlalu nakal untuk ditempatkan bersama murid-murid lainnya di kelas SMA, bahkan murid tersebut juga sering berlaku agresif terhadap guru pengajar di kelasnya seperti menarik jilbabnya bahkan meludahi guru yang bersangkutan, hal itu membuat guru emosi dan menitiptkan anak tersebut untuk belajar di kelas lain sementara waktu. Hal lain yang membuat guru harus meredam emosinya adalah ketika pelaksanaan sholat dzuhur berlangsung, dikarenakan sekolah luar biasa ini berisi anak dengan disabilitas beragam, ketika semua anak dikumpulkan dan menjadi satu di dalam aula untuk melakukan sholat dzuhur, banyak dari mereka berlarian kesana kemari sehingga guru harus mengejar mereka untuk membuat mereka tenang mengikuti kegiatan sholat berjamaah, hal tersebut membuat guru kelelahan secara fisik dan mental sehingga ketika mereka merasa lelah guru mengabaikan perbuatan mereka. Hal ini dinilai dapat menyebabkan kinerja mengajar guru menurun karena mengajarkan anak untuk sholat berjamaah merupakan salah satu pengajaran spiritual yang masuk dalam aspek pelaksanaan pengajaran yang ada dalam kinerja mengajar guru. Sedangkan ketika peneliti melakukan observasi di SLB ke-dua sekolah luar biasa ini hanya berfokus pada anak dengan gangguan ketunaan seperti tunanetra, tunarungu, dan tunadaksa di semua jenjang SD-SMA. Permasalahan yang ditemui yakni sulitnya komunikasi antara guru dengan ABK, karena SLB ini hanya berfokus pada anak dengan gangguan ketunaan seperti tunanetra, tunarungu, dan tunadaksa diperlukan

kesabaran dan ketelatenan dalam mengajar mereka, karena dalam proses belajar mengajar sendiri untuk mentransfer ilmu membutuhkan yang namanya komunikasi, kadang guru merasa emosi saat anak berkebutuhan khusus sulit memahami pelajaran sehingga guru harus berulang kali menjelaskan, emosi yang dialami guru berpengaruh terhadap kinerja mengajar guru, guru yang tidak sabar dan tidak dapat meregulasi emosinya dengan baik akan mengalami penurunan kinerja dalam mengajar ABK.

Faktor Internal seperti kurangnya kemampuan guru dalam mengelola sistem pembelajaran dan faktor eksternal seperti kenakalan siswa, sulitnya mereka dibina dan tidak memiliki motivasi belajar menyebabkan guru sering mengalami rasa frustrasi dan emosi, hal ini menyebabkan kinerja mengajar guru menurun jika emosi ini tidak dapat dikelola dengan baik. Kualitas pendidikan akan dapat terwujud bila guru dalam proses pembelajaran dapat melaksanakan tugasnya dengan baik dan benar, karena guru merupakan pihak yang paling banyak bersentuhan langsung dengan siswa dalam proses pendidikan dan pembelajaran di lembaga pendidikan, oleh karenanya penelitian ini penting untuk dilakukan karena berkaitan dengan kinerja mengajar guru yang dipengaruhi oleh pengendalian emosi. Jika pengendalian emosi baik maka kinerja mengajar guru juga dapat optimal sehingga kualitas pendidikan pun meningkat.

Berdasarkan penelitian yang penulis lakukan dengan melakukan wawancara dan observasi pada objek penelitian di sekolah luar biasa yang ada di kecamatan Kedungkandang. Identifikasi tentang menurunnya kinerja guru disebabkan oleh beberapa hal yakni : (1) Kondisi beban kerja yang sangat tinggi (2) Terdapatnya

ketidaknyamanan bagi guru ketika melaksanakan pengajaran didalam kelas karena perilaku ABK yang tidak bisa dikendalikan dan diduga sebelumnya (3) kesulitan dalam penyampaian materi pembelajaran dan komunikasi dengan siswa.

Berdasarkan dari fenomena tersebut emosi merupakan keadaan yang wajar karena terbentuk pada diri manusia sebagai respon dan merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari terutama ketika berprofesi sebagai guru anak berkebutuhan khusus yang tentunya membutuhkan tingkat *regulasi* emosi lebih tinggi karena harus dihadapkan dengan berbagai persoalan tingkah laku anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan latar belakang maka peneliti tertarik untuk mengangkat topik dengan judul : “Pengaruh *Regulasi* Emosi Terhadap Kinerja Mengajar Guru Pada Sekolah Luar Biasa di Kecamatan Kedungkandang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah yang sesuai dengan penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat *regulasi* emosi yang dialami guru pada sekolah luar biasa di kecamatan kedungkandang?
2. Bagaimana tingkat kinerja mengajar guru pada sekolah luar biasa di Kecamatan Kedungkandang?
3. Bagaimana pengaruh *regulasi* emosi terhadap kinerja mengajar guru Sekolah Luar Biasa di kecamatan kedungkandang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang didapatkan, maka tujuan daripada penelitian ini adalah untuk memecahkan berbagai permasalahan yang telah ditetapkan sebagai berikut :

1. Untuk memaparkan seberapa tinggi tingkat *regulasi* emosi guru pada sekolah luar biasa di Kecamatan Kedungkandang?
2. Untuk memaparkan seberapa tinggi tingkat kinerja mengajar guru Sekolah Luar Biasa di Kecamatan Kedungkandang ?
3. Untuk memaparkan seberapa besar pengaruh *regulasi* emosi terhadap kinerja mengajar guru sekolah luar biasa di Kecamatan Kedungkandang?

D. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat teoritis artinya hasil penelitian bermanfaat untuk mengembangkan ilmu pengetahuan. Manfaat praktis artinya bermanfaat bagi berbagai pihak untuk memperbaiki kinerja, terutama bagi sekolah, dan guru.

Manfaat teoritis :

- (1) Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan menambah referensi di bidang pendidikan dan psikologi industri organisasi dalam memberikan informasi tentang pengaruh *regulasi* emosi terhadap kinerja mengajar guru serta memberikan informasi bagi pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan dalam mengetahui pengaruh *regulasi* emosi terhadap kinerja mengajar guru.

(2) Penelitian ini dapat dijadikan sumber bacaan dan kajian lebih lanjut bagi penelitian selanjutnya.

Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat Memberikan bahan pertimbangan kepada pihak sekolah, khususnya mengenai pengaruh *regulasi* emosi terhadap kinerja mengajar guru demi perbaikan dan perkembangan sekolah yang diteliti

2. Bagi Guru Sekolah Luar biasa

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh guru sebagai bahan evaluasi dalam mengajar di kelas agar dapat menerapkan sistem pengajaran yang bermutu kepada siswa berkebutuhan khusus dengan *meregulasi* emosi agar tidak mempengaruhi kinerja dalam melakukan pengajaran.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat digunakan sebagai wadah untuk menerapkan teori yang dipelajari selama kuliah dan pengalaman yang didapatkan selama PKL-MB yang nantinya dapat diterapkan dalam dunia kerja.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kinerja Mengajar Guru

1. Definisi Kinerja Mengajar Guru

Menurut Priansa (2018) Guru memiliki tugas utama dalam mendidik, mengajar, mengarahkan, membimbing, menilai, melatih dan melakukan evaluasi pada siswa sehingga dapat dikatakan sebagai pendidik yang profesional. Lalu tugas pokok dari seorang guru adalah merencanakan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, membimbing dan melatih siswa.

Kinerja guru merupakan perwujudan dari kemampuan dalam bentuk karya nyata, hasil kerja dan tanggung jawab dalam menjalankan amanah, profesi yang diembannya, serta moral yang dimilikinya. Suprihanto, dalam Supardi, menjelaskan, bahwa Kinerja adalah hasil kerja seseorang dalam suatu periode tertentu yang dibandingkan dengan beberapa kemungkinan, misalnya standar target, sasaran, atau kriteria yang telah ditentukan terlebih dahulu.

Robbins dalam Supardi berpendapat lain mengenai kinerja, Kinerja merupakan fungsi dari interaksi antara ability (kemampuan dasar) dengan motivasi, teori tersebut menunjukkan orang yang mempunyai kemampuan dasar yang tinggi, tetapi memiliki motivasi yang rendah akan menghasilkan kinerja yang rendah, demikian pula apabila orang yang memiliki motivasi tinggi tetapi kemampuan rendah maka akan menghasilkan kinerja rendah

Pendapat lain dari Supardi (2014) menyatakan bahwa “kinerja mengajar guru merupakan kemampuan seorang guru dalam melaksanakan tugas

pembelajaran di di dalam kelas atas siswa yang berada di bawah bimbingannya dengan meningkatkan prestasi atau hasil belajar siswa-siswanya”. Oleh karena itu kinerja guru dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang menunjukkan kemampuan seorang guru dalam menjalankan tugasnya di sekolah serta menggambarkan adanya suatu aktivitas pembelajaran sehingga mampu membimbing siswanya dalam meraih prestasi/hasil belajar yang optimal.

2. Aspek kinerja mengajar guru

Kinerja guru pada dasarnya merupakan kinerja atau unjuk kerja yang dilakukan oleh seorang guru dalam melaksanakan tugasnya sebagai seorang pendidik. Kualitas seorang guru akan sangat menentukan hasil dari pendidikan, karena guru merupakan pihak yang berhubungan langsung dengan peserta didik dalam proses pendidikan atau pembelajaran di lembaga pendidikan sekolah (Karaben & Kustanti, 2020).

Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2015), terdapat lima aspek kinerja mengajar guru sekolah luar biasa (SLB), alasan peneliti menggunakan aspek tersebut dikarenakan aspek kinerja mengajar guru sekolah luar biasa yang dikemukakan oleh kementerian pendidikan dan kebudayaan sangat relevan dengan topik penelitian terkait dengan kinerja mengajar guru di sekolah luar biasa. Kinerja mengajar tersebut sangat penting untuk memberikan layanan pendidikan yang optimal bagi siswa berkebutuhan khusus. Aspek tersebut meliputi:

1. Perencanaan Pembelajaran

Guru SLB harus mampu merencanakan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan siswa berkebutuhan khusus. Aspek perencanaan pembelajaran mencakup penentuan tujuan pembelajaran, pengembangan bahan ajar, pemilihan metode dan strategi pembelajaran, serta penilaian hasil belajar siswa yang meliputi :

- a. Mampu membuat rencana pembelajaran yang mempertimbangkan kebutuhan dan kemampuan siswa berkebutuhan khusus
- b. Mengembangkan bahan ajar yang sesuai dengan kurikulum dan kebutuhan siswa
- c. Memilih metode dan strategi pembelajaran yang tepat untuk mencapai tujuan pembelajaran
- d. Mampu menilai kemajuan siswa secara berkala dan melakukan tindakan perbaikan jika diperlukan

2. Pelaksanaan Pembelajaran

Guru SLB harus mampu melaksanakan pembelajaran secara efektif, efisien, dan kreatif. Aspek pelaksanaan pembelajaran mencakup penggunaan metode dan strategi pembelajaran yang tepat, pengelolaan kelas yang baik, pemanfaatan teknologi dalam pembelajaran, serta interaksi guru dengan siswa yang positif hal tersebut meliputi:

- a. Mampu melaksanakan pembelajaran dengan metode dan strategi yang sesuai

- b. Mengelola kelas dengan baik sehingga menciptakan lingkungan belajar yang kondusif
- c. Memanfaatkan teknologi dan media pembelajaran yang tepat
- d. Berinteraksi dengan siswa secara positif dan memberikan bimbingan secara efektif

3. Penilaian Pembelajaran

Guru SLB harus mampu melakukan penilaian hasil belajar siswa secara objektif dan akurat. Aspek penilaian pembelajaran mencakup pengembangan instrumen penilaian, penggunaan instrumen penilaian yang tepat, pengolahan dan analisis hasil penilaian, serta penggunaan hasil penilaian untuk perbaikan pembelajaran yang meliputi:

- a. Mampu mengembangkan instrumen penilaian yang sesuai dengan tujuan pembelajaran
- b. Menggunakan instrumen penilaian yang tepat untuk menilai kemajuan siswa
- c. Mampu melakukan analisis hasil penilaian dan mengambil tindakan perbaikan pembelajaran

4. Pengembangan Diri

Guru SLB harus mampu mengembangkan diri secara terus-menerus untuk meningkatkan profesionalisme dan kualitas pengajaran. Aspek pengembangan diri mencakup partisipasi dalam pelatihan dan pengembangan diri, peningkatan kualifikasi akademik, serta partisipasi dalam kegiatan-kegiatan pengembangan profesi yang meliputi:

- a. Mampu mengidentifikasi kebutuhan pengembangan diri untuk meningkatkan kualitas pengajaran
- b. Berpartisipasi dalam pelatihan dan pengembangan diri terkait dengan kebutuhan pengajaran
- c. Menyelesaikan program pengembangan profesional seperti sertifikasi atau program magister
- d. Berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan yang mendukung pengembangan profesi

5. Kepemimpinan dan Manajemen

Guru SLB harus mampu menjadi pemimpin dan pengelola kelas yang baik. Aspek kepemimpinan dan manajemen mencakup kemampuan guru untuk memotivasi siswa, memimpin dan mengelola kelas, mengambil keputusan yang tepat, serta menjalin kerjasama dengan stakeholder lainnya seperti orang tua siswa dan staf sekolah meliputi:

- a. Mampu menjadi pemimpin dan pengelola kelas yang baik
- b. Memotivasi siswa untuk belajar dan mencapai tujuan pembelajaran
- c. Mampu mengambil keputusan yang tepat dalam situasi yang kompleks
- d. Mampu menjalin kerjasama dengan orang tua siswa dan stakeholder lainnya untuk mendukung keberhasilan siswa

Kelima aspek tersebut digunakan untuk mengukur seberapa besar tingkat kinerja mengajar guru sekolah luar biasa, hal tersebut dikarenakan kelima aspek yang ada dapat membantu guru SLB dalam meningkatkan kualitas pengajaran dan memberikan manfaat yang lebih baik lagi bagi siswa berkebutuhan khusus.

3. Faktor yang mempengaruhi kinerja mengajar guru

Menurut Susanto (2017) faktor yang mempengaruhi kinerja guru di bagi ke dalam dua macam, yaitu faktor internal atau yang berasal dari dalam diri sendiri serta faktor eksternal yang berasal dari luar diri.

a. Faktor internal

1) Kecerdasan

Kecerdasan memegang peranan penting dalam keberhasilan pelaksanaan tugas-tugas seorang pendidik dalam proses pembelajaran. Semakin rumit tugas yang diemban makin tinggi kecerdasan yang diperlukan

2) Keterampilan dan kecakapan

Keterampilan dan kecakapan orang berbeda-beda. Hal ini dikarenakan oleh adanya perbedaan dari berbagai pengalaman dan latihan.

3) Bakat

Kemampuan terhadap suatu yang menunjukkan kemampuan atas rata-rata yang telah ada pada diri kita secara ilmiah dan perlu dilatih untuk mencapai hasil yang maksimal.

4) Kemampuan dan minat

Syarat untuk mendapatkan ketenangan kerja bagi seseorang adalah tugas dan jabatan yang sesuai dengan kemampuannya. Kemampuan yang disertai dengan minat yang tinggi dapat menunjang pekerjaan yang telah ditekuni”.

5) Kesehatan

Kesehatan dapat membantu proses bekerja seseorang sampai selesai.

Jika kesehatan terganggu maka pekerjaan terganggu pula.

6) Kepribadian

Seseorang yang mempunyai kepribadian yang kuat kemungkinan tidak akan banyak mengalami kesulitan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja dan interaksi dengan rekan kerja yang akan meningkatkan kinerjanya.

b. Faktor eksternal

1) Lingkungan keluarga

Keadaan lingkungan keluarga dapat mempengaruhi kinerja seseorang. Ketegangan dalam keluarga dapat menurunkan gairah kerja.

2) Lingkungan kerja

Situasi kerja yang menyenangkan dapat mendorong seseorang bekerja secara optimal. Rasa aman, gaji yang memadai, kesempatan untuk mengembangkan karir, dan rekan kerja yang mendukung.

3) Komunikasi dengan kepala sekolah

Komunikasi yang baik dengan kepala sekolah adalah komunikasi yang efektif. Tidak adanya komunikasi yang efektif dapat mengakibatkan timbulnya salah pengertian.

4) Sarana dan prasarana

Adanya sarana dan prasarana yang memadai membantu guru dalam meningkatkan kinerjanya terutama dalam proses belajar mengajar.

B. *Regulasi* emosi

1. Definisi *regulasi* emosi

Berdasarkan kamus besar bahasa Indonesia (2002), *regulasi* diartikan sebagai pengaturan. Sedangkan emosi, didefinisikan sebagai perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang sedang berada dalam suatu keadaan atau suatu interaksi yang dianggap penting olehnya, terutama well-being dirinya.

Berdasarkan pandangan fungsional, *regulasi* emosi dilihat sebagai proses yang melihat pengambilan inisiatif, mempertahankan dan mengatur atau memodulasi rangsangan emosi agar dapat mencapai tujuan-tujuan individu dan memfasilitasi fungsi sosial yang adaptif (Thompson, 2009).

Menurut GreenBerg (2002) *regulasi* emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi yang terdapat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional. Sedangkan menurut Bosse (2007), individu dikatakan memiliki *regulasi* emosi yang baik jika individu tersebut mampu membuat strategi respon emosi dengan tepat.

Definisi *regulasi* emosi lain dikemukakan oleh Diamond, L. M., & Aspinwall (2003) yang berarti reaksi emosi mengacu pada proses internal dan melewati proses transaksional dimana individu secara sadar atau tidak sadar mengatur satu atau lebih komponen dari emosi, dengan memodifikasi baik itu dari pengalaman, perilaku, ekspresi atau dari situasi yang mendatangkan emosi.

Kemampuan *meregulasi* emosi merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan emosional. Menurut Gross (2008) proses *regulasi* emosi merupakan perilaku-perilaku, kemampuan dan strategi, baik secara disadari atau tidak, secara

otomatis atau sengaja diusahakan, yang dipersiapkan untuk memodulasi, mencegah dan meningkatkan pengalaman dan ekspresi emosi. Mereka juga melihat dimensi dari kereaktifan emosi sebagai bagian dari proses *regulasi* emosi.

Menurut Gross (2007) *regulasi* emosi adalah kemampuan individu untuk memodulasi emosi atau mengatur emosi. Teknik *regulasi* emosi yang didasari mencangkup belajar menafsirkan situasi secara berbeda untuk mengelola situasi-situasi tersebut menjadi lebih baik, mengubah target emosi (misal marah), dengan cara yang memungkinkan untuk memberikan hasil yang lebih positif dan menggali bagaimana perbedaan perilaku dapat digunakan dalam melayani kondisi emosional tertentu. *Regulasi* emosi biasanya berkembang sepanjang rentang kehidupan. Gross (2007) mendefinisikan *regulasi* emosi sebagai kemampuan untuk mencegah perilaku yang tidak sesuai terkait dengan pengaruh negatif atau positif yang kuat, menenangkan berbagai rangsangan fisik individu yang disebabkan oleh pengaruh kuat, memfokuskan perhatian dan mengatur individu untuk mengkoordinasi tindakan dalam upaya mencapai tujuan eksternal. Sebagai contoh seorang guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus mengharuskan guru tersebut untuk dapat *meregulasi* emosinya karena anak berkebutuhan khusus cenderung melakukan sesuatu yang tidak diduga dan hal ini dapat menyulut emosi guru. Menyadari bahwa peristiwa dianggap menekan atau tidak tergantung penilaian kognitif individu mengenai peristiwa tersebut, maka peristiwa negatif dapat dimengerti sebagai peristiwa yang dapat mengurangi kesejahteraan individu dan individu merasa perlu untuk melakukan upaya *meregulasi* emosi untuk mengatasi, mengurangi atau menghilangkan emosi-emosi negatif yang dirasakan individu tersebut.

Berdasarkan penjabaran di atas, *regulasi* emosi adalah kecenderungan mengatur dan mengelola emosi yang diterima sehingga dapat mencapai tujuan. Dapat disimpulkan bahwa *regulasi* emosi merupakan kemampuan pengontrolan emosi yang tampak maupun tidak tampak melalui pemantauan, pengevaluasian, dan pemodifikasi reaksi-reaksi emosi yang sesuai untuk mencapai keseimbangan emosi. *Regulasi* Emosi dapat juga diartikan sebagai kemampuan individu untuk memodulasi emosi dan mengatur emosi serta menafsirkan situasi secara berbeda untuk mengelola situasi menjadi lebih baik. Kemampuan *regulasi* tersebut digunakan untuk mencegah perilaku yang tidak sesuai terkait dengan pengaruh negatif atau positif yang diterima.

2. Aspek-aspek regulasi emosi

Meregulasi emosi berarti mampu mengenali dan memahami perasaan serta mengelola emosi pada diri sendiri. *Regulasi* emosi adalah hal yang sulit karena keadaan dan sumber emosi tidak teridentifikasi secara jelas. Menurut Gross (2008) terdapat empat aspek yang digunakan untuk menentukan kemampuan *regulasi* emosi seseorang, alasan menggunakan aspek tersebut dikarenakan aspek regulasi emosi yang dikemukakan oleh Gross sangat relevan dengan banyak topik penelitian terkait dengan psikologi, kesehatan mental, dan perilaku manusia. Regulasi emosi menjadi faktor yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental, mengatasi stres, dan meningkatkan kualitas kinerja seseorang. Aspek tersebut meliputi:

1. Strategies to emotion regulation (strategies),

Strategi untuk *regulasi* emosi yaitu keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang

dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.

2. *Engaging in goal directed behavior (goals),*

Terlibat dalam perilaku yang diarahkan pada tujuan yaitu kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.

3. *Control emotional responses (impulse),*

Mengendalikan respon emosional yaitu kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.

4. *Acceptance of emotional response (acceptance),*

Penerimaan respon emosional yaitu kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi

Menurut Hendrikson (2013) jika emosi pada setiap individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, begitu juga ketika individu harus mengatur kondisi emosinya.

Faktor-faktor tersebut antara lain:

1. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan tempat individu berada termasuk lingkungan keluarga, sekolah dan lingkungan masyarakat.

Keharmonisan keluarga, kenyamanan di sekolah dan kondisi masyarakat yang kondusif akan sangat mempengaruhi perkembangan emosi.

2. Faktor Pengalaman

Pengalaman yang diperoleh individu selama hidupnya akan mempengaruhi perkembangan emosinya. Pengalaman selama hidup dalam berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan akan menjadi referensi bagi individu dalam menampilkan emosinya.

3. Jenis Kelamin

Keadaan hormonal dan kondisi fisiologis pada laki-laki dan perempuan menyebabkan perbedaan karakteristik emosi antara keduanya. Laki-laki lebih tinggi emosinya daripada wanita, dan wanita lebih bersifat emosionalitas daripada laki-laki karena wanita memiliki kondisi emosi didasarkan peran sosial yang diberikan oleh masyarakat sesuai jenis kelaminnya. Wanita harus mengontrol perilaku agresif dan asertifnya, tidak seperti peran sosial laki-laki.

4. Usia

Kematangan emosi dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisiologis seseorang. Semakin bertambah usia, kadar hormonal seseorang menurun sehingga mengakibatkan penurunan pengaruh emosional seseorang.

5. Perubahan Pandangan Luar

Perubahan pandangan luar dapat menimbulkan konflik dalam emosi seseorang. Seperti tidak konsistennya sikap dunia luar terhadap pribadi

seseorang, membeda-bedakan wanita dan pria, dunia luar memanfaatkan kondisi ketidakstabilan seseorang untuk pengaruh yang negatif.

6. Perubahan Jasmani

Perubahan jasmani yaitu perubahan hormon-hormon yang mulai berfungsi sesuai dengan jenis kelaminnya masing-masing. Misalnya, perubahan kulit wajah yang awalnya bersih menjadi jerawat.

7. Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh orang tua sangat bervariasi. Ada pola asuh yang otoriter, memanjakan, acuh tak acuh dan ada juga yang penuh kasih sayang. Bentuk pola asuh itu akan mempengaruhi pola emosi yang dikembangkan individu.

8. Pengalaman Traumatik

Kejadian masa lalu yang memberikan kesan traumatis akan mempengaruhi perkembangan emosi seseorang. Akibatnya rasa takut dan juga sikap terlalu waspada yang berlebihan akan mempengaruhi kondisi emosionalnya.

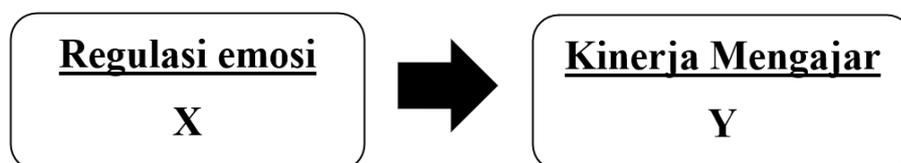
C. Keterkaitan regulasi emosi dengan kinerja mengajar

Tuntutan menjadi seorang guru Anak berkebutuhan khusus lebih besar dari pada guru pada umumnya, hal ini disebabkan beban yang dipikul lebih besar. Guru harus dapat memahami tiap karakteristik anak berkebutuhan khusus, menyiapkan program pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, dan juga harus melakukan evaluasi terhadap hasil belajar anak didiknya. Kelelahan karena mengajar dan menyusun administrasi, tak hanya itu ketika mengejar guru diwajibkan bersabar karena anak berkebutuhan khusus membutuhkan pendampingan lebih intens

dibandingkan anak pada umumnya dan juga menghadapi perilaku anak berkebutuhan khusus yang tidak dapat dikendalikan dan diduga sebelumnya.

Menurut Joshua, dkk (2015) *regulasi* emosi erat kaitannya dengan kinerja karena dapat mempengaruhi hasil kinerja dan keberhasilan dibidang pelayanan. Namun disisi lain guru memiliki tanggung jawab untuk membantu mereka mendapatkan pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan mereka agar mereka dapat mengembangkan bakat, intelektual dan potensi yang mereka miliki, namun seringkali beban yang dimiliki menyebabkan emosi secara psikologis yang jika tidak dapat dikelola dengan baik akan berdampak pada sistem pengajaran di kelas yang menyebabkan kinerja mengajar guru menurun. Oleh karena nya mengajar anak berkebutuhan khusus diperlukan *regulasi* emosi yang baik agar kinerja mengajar yang dihasilkan juga meningkat. Melalui *regulasi* emosi guru dapat mengontrol emosi secara baik, tidak mudah frustrasi dan menghadapi masalah dengan penuh pengertian yang nantinya akan menghasilkan *regulasi* emosi yang positif. Untuk mempermudah pemikiran tersebut digunakan ilustrasi sebagai berikut :

Gambar 3.1
Konstruk penelitian



Pada penelitian ini variabel bebas (X) nya adalah *Regulasi* Emosi sedangkan variabel terikat (Y) adalah Kinerja Mengajar.

D. Hipotesis penelitian

Berdasarkan kajian teori diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis yang dirumuskan sebagai berikut :

H1 : Terdapat Pengaruh antara *regulasi* emosi dengan kinerja mengajar guru sekolah luar biasa

H0 : Tidak Terdapat Pengaruh antara *regulasi* emosi dan kinerja mengajar guru sekolah luar biasa

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan penelitian kuantitatif adalah penelitian yang informasinya atau data-datanya dikelola dengan statistik. Hipotesis pada penelitian diuji dengan menggunakan teknik-teknik statistik. Menurut Azwar (2018) penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal atau angka-angka yang diolah dengan metode statistika.

Analisis data dari penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana. Analisis ini digunakan untuk menentukan seberapa besar pengaruh atau peran dari variabel prediktor (X) terhadap variabel kriterium (Y) yang memiliki hubungan linier (Azwar, 2018).

B. Identifikasi variabel

Sugiyono (2015) memaparkan bahwa variabel penelitian merupakan segala hal yang ditetapkan oleh peneliti sebagai bahan untuk penelitian sehingga nantinya dapat dipelajari dan dapat ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang digunakan sebagai berikut :

1. Variabel terikat (Y) adalah Kinerja Mengajar
2. Variabel bebas (X) adalah *Regulasi Emosi*

C. Definisi operasional

1. Kinerja Mengajar (Y)

Kinerja mengajar guru merupakan penampilan kerja guru dalam menjalankan tugas memberikan bimbingan belajar yang berisi pengetahuan dan keterampilan yang akan mengarah pada peningkatan prestasi siswa. Variabel kinerja mengajar guru dalam penelitian ini diukur menggunakan skala kinerja mengajar guru yang berisi aspek kinerja mengajar yang meliputi perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, penilaian pembelajaran, pengembangan diri, kepemimpinan dan manajemen.

2. *Regulasi Emosi* (Y)

Regulasi emosi merupakan kondisi psikologis seseorang untuk mengendalikan emosi yang dimilikinya sehingga emosi tersebut dapat tersampaikan dengan baik. Untuk memiliki regulasi emosi yang baik seseorang harus memiliki kemampuan untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional. Variabel regulasi emosi diukur menggunakan skala regulasi emosi yang berisi aspek regulasi emosi yaitu aspek strategi untuk meregulasi emosi, aspek perilaku yang diarahkan pada tujuan, aspek kontrol respon emosional, dan aspek penerimaan respon emosional.

D. Populasi dan sampel

Data penelitian diambil dari dua sekolah luar biasa yang ada di kecamatan kedungkandang.

1. Populasi

Populasi adalah seluruh orang yang menjadi subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah guru di dua sekolah luar biasa di kecamatan kedungkandang, Kota Malang.

2. Sampel

Sampel adalah Sebagian atau perwakilan dari populasi yang akan diteliti. dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah teknik random sampling. Menurut Simply Psychology, random sampling adalah jenis pengambilan sampel probabilitas di mana setiap orang di seluruh populasi target memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih. Sampel dipilih secara acak yang dimaksudkan sebagai representasi yang tidak bias dari total populasi.

E. Teknik pengumpulan data

Skala

Menurut Sugiyono (2013) skala merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada di dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut akan menghasilkan data kuantitatif jika dibuat untuk proses pengukuran yang disajikan dalam bentuk pertanyaan atau pernyataan, dilakukan dengan menyebar angket atau kuesioner kepada responden untuk mengetahui jawabannya.

F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jawaban skala likert. Skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap atau pendapat seseorang mengenai sebuah fenomena sosial. Dalam skala likert terdapat dua

bentuk pernyataan yaitu, bentuk pernyataan positif (favourable) yang digunakan untuk mengukur skala positif dan bentuk pernyataan negatif (unfavourable) yang digunakan untuk mengukur skala negatif. Dalam skala likert terdiri dari 4 jawaban yang nantinya responden diminta untuk memilih jawaban yang paling sesuai dengan kondisi yang terjadi. Pernyataan positif diberi skor 4, 3, 2, 1 yang dimulai dari SS, S, TS, STS. Begitu pun sebaliknya, jika pertanyaan negatif diberi skor 1, 2, 3, 4 yang dimulai dari SS, S, TS, STS. Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala regulasi emosi yang diadaptasi dari (Karaben & Kustanti, 2020) dan untuk skala kinerja mengajar guru sekolah luar biasa peneliti menggunakan skala adaptasi dari (Riwanti, 2019).

Adapun blue print skala regulasi emosi dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.1
blueprint regulasi emosi

No	Aspek	Indikator	Nomor item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Strategies to emotion regulation (strategies).</i>	Yakin dapat mengatasi suatu masalah Memiliki kemampuan untuk menemukan cara yang dapat	1,2,3,5,6	4,7	7

		mengurangi emosi negatif			
		Cepat menenangkan diri setelah merasakan emosi yang berlebihan			
2.	<i>Engaging in goal directed behavior (goals)</i>	Tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik ketika mengalami emosi negatif	10,11,12	8,9,13	6
3.	<i>Control emotional responses (impulse)</i>	kemampuan mengontrol emosi dan respon emosi yang ditampilkan (fisiologis, tingkah laku, dan nada suara)	14, 15, 17,18	16,19,20	7
4.	<i>Acceptance of emotional response (acceptance)</i>	Menerima kondisi yang menimbulkan emosi negatif	21,22,24	23,25,26	6

Tidak merasa malu merasakan emosi negatif	
Jumlah	26

Adapun blue print skala kinerja mengajar dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.2
blueprint kinerja mengajar

No	Aspek	Indikator	No. item		Jumlah
			favorabl e	Unfavorabe l	
1.	Perencanaan Pembelajaran	Mampu membuat rencana pembelajaran yang mempertimbangkan kebutuhan dan kemampuan siswa berkebutuhan khusus	1		
		Mengembangkan bahan ajar yang sesuai dengan kurikulum dan kebutuhan siswa	2		
		Memilih metode dan strategi pembelajaran yang tepat untuk mencapai tujuan pembelajaran	3		
		Mampu menilai kemajuan siswa secara berkala dan melakukan tindakan perbaikan jika diperlukan	4		

2.	Pelaksanaan Pembelajaran	Mampu melaksanakan pembelajaran dengan metode dan strategi yang sesuai	5
		Mengelola kelas dengan baik sehingga menciptakan lingkungan belajar yang kondusif	6
		Memanfaatkan teknologi dan media pembelajaran yang tepat	7
		Berinteraksi dengan siswa secara positif dan memberikan bimbingan secara efektif	8,9
3.	Penilaian Pembelajaran	Mampu mengembangkan instrumen penilaian yang sesuai dengan tujuan pembelajaran	10,11
		Menggunakan instrumen penilaian yang tepat untuk menilai kemajuan siswa	12
		Mampu melakukan analisis hasil penilaian dan mengambil tindakan perbaikan pembelajaran	13
		Saya terus melakukan perkembangan pembelajaran	14

		berdasarkan evaluasi yang saya dapat sebelumnya	
4.	Pengembangan Diri	Mampu mengidentifikasi kebutuhan pengembangan diri untuk meningkatkan kualitas pengajaran	15,16
		Berpartisipasi dalam pelatihan dan pengembangan diri terkait dengan kebutuhan pengajaran ABK	17,18
		Menyelesaikan program pengembangan profesional seperti sertifikasi atau program magister	19
		Berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan yang mendukung pengembangan profesi	20
5.	Kepemimpinan dan Manajemen	Mampu menjadi pemimpin dan pengelola kelas yang baik	21
		Memotivasi siswa untuk belajar dan mencapai tujuan pembelajaran	22
		Mampu mengambil keputusan yang tepat dalam situasi yang kompleks	23
		Mampu menjalin kerjasama dengan	24,25

orang tua siswa dan stakeholder lainnya untuk mendukung keberhasilan siswa	
Jumlah	25

G. Validitas dan reliabilitas

1. Validitas

Menurut Azwar (2018) Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrument pengukur penelitian dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Uji validitas dalam penelitian menggunakan program *SPSS* dengan menggunakan *scale reliability* dan membuang item-item yang gugur.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan kata yang berasal dari kata *reliability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 hingga 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas (Azwar, 2009). Taraf signifikan yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,05 atau 5%. Pengukuran reliabilitas juga dengan menggunakan bantuan komputer dengan program *SPSS* dengan menggunakan teknik *Alfa Cronbach*.

H. Analisis data

Analisis data adalah langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk mendapatkan kesimpulan dari hasil penelitian. Data mentah yang telah diperoleh kemudian dianalisis dengan mencari beberapa tahapan, yaitu:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sebenarnya normal atau tidak. Pedoman yang digunakan untuk normal tidaknya sebaran adalah jika $p > 0,05$ maka data dikatakan normal, sedangkan apabila $p < 0,05$ maka data dikatakan tidak normal Azwar (2018). Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 22 for windows.

b. Uji Linieritas

Uji Linieritas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linier tidaknya suatu distribusi data penelitian. Jika kolom linearity nilai probabilitasnya atau $p < 0,05$, maka dapat dikatakan linier. Uji linieritas diuji dengan menggunakan *Compare mean test for Linearity* dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 22 for windows.

2. Uji Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui karakteristik responden. Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan data yang telah didapatkan peneliti berupa angka-angka. Analisis deskripsi berkaitan dengan kategorisasi data,

dimana bertujuan untuk mengelompokkan individu pada jenjang tertentu berdasarkan suatu kontinum yang sesuai dengan atribut yang diukur. Data mentah yang diperoleh peneliti akan diolah melalui beberapa tahapan yakni mencari *mean*, *standar deviasi*, *nilai minimum dan maksimum* dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 22 for windows*.

Selanjutnya adalah menentukan kategorisasi bertujuan untuk menempatkan individu dalam suatu kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Dimulai dari kategorisasi tinggi, sedang dan rendah. Kategorisasi ini dengan menggunakan rumus seperti dibawah ini:

Tabel 3.3
Kriteria Jenjang

KRITERIA JENJANG	KATEGORI
$X > M + 1 SD$	Tinggi
$M - 1 SD \leq X \leq M + 1 SD$	Sedang
$X < M - 1 SD$	Rendah

Setelah didapatkan kategorisasi data, maka dapat dilakukan analisis prosentase dengan dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 22 for windows*.

3. Uji Hipotesis Dan Uji Regresi Linear Sederhana.

Penelitian ini menggunakan dua variabel. Satu variabel terikat (Y) dan satu lagi variabel bebas (X) yang mana kedua variabel ini menggunakan data skala. Sehingga penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana. Analisis ini digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari variabel X terhadap variabel Y. Data mentah yang diperoleh peneliti akan diolah melalui beberapa

tahapan yakni mencari kategorisasi dengan perhitungan manual, selanjutnya mencari jumlah presentase tiap kategori dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 22 for windows*.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi pelaksanaan kegiatan

1. Gambaran lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di dua sekolah inklusi yang memiliki fokus pada pendidikan anak-anak dengan berbagai kebutuhan khusus. Sekolah pertama adalah sekolah luar biasa yang menangani berbagai gangguan, termasuk autisme, sindrom Down, ADHD, tuna netra, tuna daksa, tunagrahita, tuna rungu, dan lain sebagainya. Di sekolah ini, anak-anak dengan kebutuhan khusus tersebut diberikan perhatian dan dukungan khusus dalam belajar dan mengembangkan potensi mereka. Sekolah kedua juga merupakan sekolah inklusi, tetapi fokusnya lebih terbatas pada anak-anak dengan gangguan ketunaan. Di sekolah ini, mereka menangani anak-anak dengan gangguan tuna netra, tuna rungu, dan tuna daksa. Sekolah ini juga menyediakan pendekatan dan sumber daya yang spesifik untuk mendukung perkembangan anak-anak dengan kebutuhan khusus tersebut.

2. Waktu dan subjek penelitian

Pengambilan data dan observasi lapangan dilakukan selama peneliti melakukan PKL di tempat tersebut, subjek dalam penelitian ini sebanyak 35 orang.

3. Hambatan dalam penelitian

Hambatan yang ditemui selama proses penelitian yakni terdapat beberapa subjek yang sulit dimintai data penelitian karena beberapa hal seperti sibuk mempersiapkan kebutuhan administrasi sekolah untuk kepentingan akreditasi, melakukan studi banding ke sekolah lain sehingga tidak menetap di sekolah, ada

kepentingan pribadi seperti mengikuti pelatihan/workshop, dan mengikuti program penataran. Hambatan lainnya yakni karena penelitian dilakukan di dua sekolah berbeda, kondisi yang dialami setiap guru pun berbeda karena berada dilingkungan yang berbeda oleh karenanya peneliti harus menyesuaikan waktu dengan guru yang bersangkutan di sekolah tersebut.

B. Hasil penelitian

1. Uji validitas dan reliabilitas

a. Uji Validitas

Tabel 4.1
Uji validitas regulasi emosi

Item	r-tabel	r-hitung	Validitas
1.	0,339	0,521	Valid
2	0,339	0,567	Valid
3	0,339	0,449	Valid
4	0,339	0,619	Valid
5	0,339	0,500	Valid
6	0,339	0,567	Valid
7	0,339	0,327	Tidak Valid
8	0,339	0,619	Valid
9	0,339	0,567	Valid
10	0,339	0,498	Valid
11	0,339	0,609	Valid
12	0,339	0,486	Valid
13	0,339	0,219	Tidak Valid
14	0,339	0,567	Valid
15	0,339	0,567	Valid
16	0,339	0,552	Valid
17	0,339	0,549	Valid
18	0,339	0,411	Valid
19	0,339	0,486	Valid
20	0,339	0,349	Valid
21	0,339	0,589	Valid
22	0,339	0,530	Valid
23	0,339	0,619	Valid
24	0,339	0,567	Valid

25	0,339	0,449	Valid
26	0,339	0,583	Valid

Berdasarkan dari hasil uji validitas skala regulasi emosi, terdapat dua item tidak valid, yakni item nomor tujuh dan nomor tiga belas. Item nomor tujuh merupakan item dari aspek strategi untuk mengontrol emosi dengan pernyataan saya cenderung merasa cemas dan tegang ketika ada masalah besar yang harus saya selesaikan, sedangkan item nomor tiga belas merupakan item dari aspek terlibat dalam perilaku yang diarahkan pada tujuan dengan pernyataan saya sulit berpikir jernih ketika sedang marah terhadap perilaku peserta didik. Oleh karenanya item tersebut dinyatakan gugur dan tidak akan digunakan untuk proses oleh data selanjutnya, sehingga hanya tersisa 24 aitem valid yang akan digunakan untuk menganalisis tingkat regulasi emosi.

Tabel 4.2
Uji validitas kinerja mengajar guru

Item	r-tabel	r-hitung	Validitas
1.	0,339	0,378	Valid
2	0,339	0,345	Valid
3	0,339	0,396	Valid
4	0,339	0,603	Valid
5	0,339	0,257	Tidak Valid
6	0,339	0,850	Valid
7	0,339	0,850	Valid
8	0,339	0,629	Valid
9	0,339	0,385	Valid
10	0,339	0,345	Valid
11	0,339	0,821	Valid
12	0,339	0,197	Tidak Valid
13	0,339	0,743	Valid
14	0,339	0,416	Valid
15	0,339	0,850	Valid
16	0,339	0,387	Valid
17	0,339	0,752	Valid

18	0,339	0,808	Valid
19	0,339	0,228	Tidak Valid
20	0,339	0,833	Valid
21	0,339	0,623	Valid
22	0,339	0,402	Valid
23	0,339	0,833	Valid
24	0,339	0,743	Valid
25	0,339	0,416	Valid

Berdasarkan dari hasil uji validitas skala kinerja mengajar guru diatas, terdapat tiga item tidak valid yakni nomor lima, dua belas dan sembilan belas. Item nomor lima merupakan item dari aspek pelaksanaan pembelajaran dengan pernyataan saya mampu melaksanakan pembelajaran dengan metode dan strategi yang sesuai, dan item nomor dua belas merupakan item dari aspek penilaian pembelajaran dengan pernyataan saya mampu menggunakan instrumen penilaian yang tepat untuk menilai kemajuan siswa, sedangkan item nomor sembilan belas merupakan item dari aspek pengembangan diri dengan pernyataan Saya menyelesaikan program pengembangan profesional seperti sertifikasi atau program magister. Oleh karenanya aitem tersebut dinyatakan gugur dan tidak akan digunakan untuk proses oleh data selanjutnya, sehingga hanya tersisa 22 aitem valid yang akan digunakan untuk menganalisis tingkat kinerja mengajar guru sekolah luar biasa.

b. Uji Reliabilitas

Tabel 4.3
Uji reliabilitas skala regulasi emosi

Cronbach's Alpha	N of Item
,888	24

Berdasarkan uji reliabilitas skala regulasi emosi diatas, nilai *alfa cronbach* sebesar 0,888 lebih dari 0,6 sehingga bisa dikatakan skala yang digunakan reliabel.

Tabel 4.4
Uji reliabilitas skala kinerja mengajar

Cronbach's Alpha	N of Items
,918	22

Berdasarkan uji reliabilitas skala kinerja mengajar diatas, nilai *alfa cronbach* sebesar 0,918 lebih dari 0,6 sehingga bisa dikatakan skala yang digunakan reliabel.

2. Uji asumsi

a. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui residual model regresi yang diteliti berdistribusi normal. Pada penelitian ini dilakukan dengan *Kolmogorov Smirnov Z* dengan bantuan software IBM SPSS *Statistics 22*. Hasil uji normalitas untuk variabel *regulasi* emosi dan variabel kinerja mengajar guru dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.5
Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
	Unstandardized Residual
N	35
Mean	,0000000

Normal Parameters ^{a,b}	Std. Deviation	6,93004796
Most Extreme Differences	Absolute	,135
	Positive	,135
	Negative	-,085
Test Statistic		,135
Asymp. Sig. (2-tailed)		.109 ^c

Pada kolom *Unstandardized Residual* didapatkan *Asymp. Sig. (2-tailed)* untuk kedua variabel adalah 0,109. Sebuah variabel dikatakan berdistribusi normal jika nilai residual nya lebih dari 0,05. Nilai 0,109 lebih dari 0,05 sehingga bisa dikatakan kedua variabel tersebut berdistribusi normal.

b. Uji linearitas

Uji Linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Data yang baik seharusnya terdapat hubungan yang linear antara variabel prediktor (X) dengan variabel kriterium (Y). Hasil uji linieritas antara variabel X yakni *regulasi* emosi dan variabel Y yakni kinerja mengajar. Adapun hasilnya dapat diamati pada tabel berikut:

Tabel 4.6
Uji Linearitas

			ANOVA Table				
Times			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KINERJA MENGAJAR	Between Groups	(Combined)	2830,719	22	128,669	2,918	,029
R * REGULASI EMOSI		Linearity	1727,017	1	1727,017	39,164	,000
		Deviation from Linearity	1103,703	21	52,557	1,192	,387
	Within Groups		529,167	12	44,097		

Total	3359,88 6	34
-------	--------------	----

Pada kolom sig. baris Deviation from Linearity, nilai yang didapatkan adalah 0,387 menunjukkan lebih besar dari nilai signifikan 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel X yakni *regulasi* emosi dan variabel Y yakni kinerja mengajar guru.

3. Uji deskripsi

a. Deskripsi Tingkat *Regulasi* Emosi

Hal yang perlu diketahui terlebih dahulu sebelum mendeskripsikan data penelitian adalah mengetahui nilai Mean (M) hipotetik dan Standard Deviation (SD) hipotetik dari masing-masing variabel. Adapun nilai Mean (M) hipotetik dan Standard Deviation (SD) hipotetik pada variabel *regulasi* emosi dapat diketahui melalui tabel berikut:

Tabel 4.7
Deskripsi tingkat regulasi emosi

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Regulasi emosi	35	57	92	70,00	9,149
Valid N (listwise)	35				

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai Mean (M) hipotetik adalah 70.00 dan nilai Standard Deviation (SD) hipotetik sebesar 9,149. Setelah mengetahui nilai Mean dan Standard Deviation, selanjutnya nilai-nilai tersebut

digunakan untuk melakukan kategorisasi tingkat *regulasi* emosi yang dibagi menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

$$\text{a. Rendah} = X < (M - 1 \text{ SD})$$

$$= X < (70,00 - 9,149)$$

$$= X \geq 60,815$$

$$\text{b. Sedang} = (M - 1 \text{ SD}) \leq X < (M + 1 \text{ SD})$$

$$= 70,00 - 9,149 \leq X < (70,00 + 9,149)$$

$$= 60,815 \leq X < 79,149$$

$$\text{c. Tinggi} = X \geq (M + 1 \text{ SD})$$

$$= X > (70,00 + 9,149)$$

$$= X > 79,149$$

Tabel 4.8
Tingkat Kategori regulasi emosi

Kategori	Kriteria jenjang
Tinggi	$X > 79,149$
Sedang	$60,815 \leq X < 79,149$
Rendah	$X \geq 60,815$

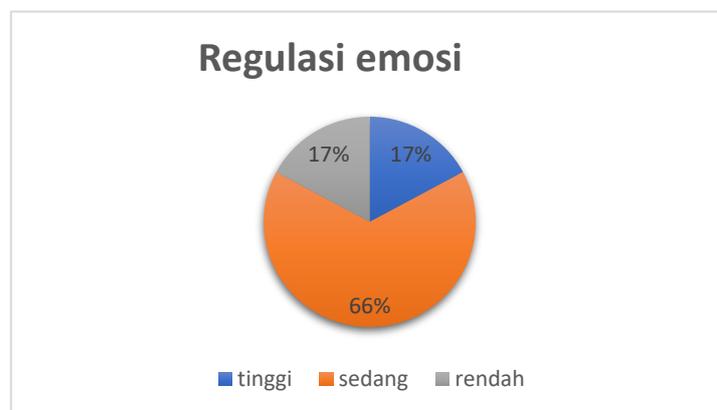
Melalui kategorisasi di atas, maka tingkat *regulasi* emosi pada guru sekolah luar biasa dapat dipresentasikan sebagai berikut:

Tabel 4.9
Frekuensi dan Persentase Tingkat regulasi emosi

Kategori				Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	tinggi	6	17,1	17,1	17,1
	sedang	23	65,7	65,7	82,9
	rendah	6	17,1	17,1	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan Tabel Frekuensi dan Persentase di atas, dapat diketahui bahwa tingkat *regulasi* emosi guru sekolah luar biasa menurut penilaian para guru sebagian besar berada pada kategori sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh yaitu sebanyak 65,7% berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi sebanyak 23 responden, sementara pada kategori rendah sebesar 17,1% dengan jumlah frekuensi enam responden dan yang berada pada kategori tinggi sebanyak 17,1% dengan frekuensi sebanyak enam responden.

Gambar 4.1
Diagram persentase regulasi emosi



Berdasarkan diagram diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat regulasi emosi guru sekolah luar biasa tergolong dalam kategori sedang.

b. Deskripsi Tingkat Kinerja Mengajar Guru

Tingkat kinerja mengajar pada guru di sekolah luar biasa dibagi menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Penentuan kategori tersebut dilakukan setelah mengetahui nilai Mean (M) hipotetik dan Standard Deviation (SD) hipotetik. Adapun nilai Mean (M) hipotetik dan Standard Deviation (SD) hipotetik pada variabel kinerja mengajar guru dapat diketahui pada tabel berikut :

Tabel 4.10
Deskripsi Tingkat Kinerja Mengajar Guru

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kinerja mengajar	35	47	85	65,06	9,941
Valid N (listwise)	35				

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa nilai Mean (M) hipotetik adalah 65,06 dan nilai Standard Deviation (SD) hipotetik sebesar 9,941 Setelah mengetahui nilai Mean (M) hipotetik dan Standard Deviation (SD) hipotetik, maka selanjutnya nilai-nilai tersebut akan digunakan untuk melakukan kategorisasi tingkat kinerja mengajar guru pada sekolah luar biasa yang dibagi menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Adapun formula kategorisasi berdasarkan norma yang sudah ditentukan seperti dibawah ini:

a. Rendah = $X < (M - 1 SD)$

$$= X < (65,06 - 9,941)$$

$$= X \geq 55,119$$

b. Sedang = $(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$

$$= (65,06 - 9,941) \leq X < (65,06 + 9,941)$$

$$= 55,119 \leq X < 75,001$$

c. Tinggi = $X \geq (M + 1SD)$

$$= X > (65,06 + 9,941)$$

$$= X > 75,001$$

Tabel 4.11
Tingkat Kategori kinerja mengajar

Kategori	Kriteria jenjang
Tinggi	$X > 75,001$
Sedang	$55,119 \leq X < 75,001$
Rendah	$X \geq 55,119$

Melalui kategorisasi di atas, maka tingkat *regulasi* emosi pada guru sekolah luar biasa dapat dipresentasikan sebagai berikut:

Tabel 4.12
Frekuensi dan Persentase Tingkat Kinerja Mengajar

		kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	6	17,1	17,1	17,1
	sedang	24	68,6	68,6	85,7

rendah	5	14,3	14,3	100,0
Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan Tabel Frekuensi dan Persentase di atas, dapat diketahui bahwa tingkat kinerja mengajar guru sekolah luar biasa menurut penilaian para guru sebagian besar berada pada kategori sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh yaitu sebanyak 68,6% berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi sebanyak 24 subjek, sementara pada kategori rendah sebesar 14,3% dengan jumlah frekuensi lima subjek dan yang berada pada kategori tinggi sebanyak 17,1% dengan frekuensi sebanyak enam subjek.

Gambar 4.2
Diagram presentase kinerja mengajar



Berdasarkan diagram diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat regulasi emosi guru sekolah luar biasa tergolong dalam kategori sedang. Hal ini dapat dilihat dari besarnya persentase kategori sedang sebesar 68,6 % dengan total 24 guru.

4. Uji Hipotesis dan uji analisis regresi linear sederhana

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh pada *regulasi* emosi terhadap kinerja mengajar pada guru sekolah luar biasa. Hasil dari uji hipotesis ini dapat dilihat di tabel berikut.

Tabel 4.13
Uji hipotesis

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1727,017	1	1727,017	34,903	.000 ^b
Residual	1632,869	33	49,481		
Total	3359,886	34			

Hasil skor yang menunjukkan angka signifikansi pengaruh *regulasi* emosi terhadap kinerja mengajar guru dapat dilihat pada tabel tentang hasil uji hipotesis. Kolom “Sig” pada baris ketiga dengan label *regulasi* emosi angka signifikansinya adalah sebesar 0,000, dimana angka tersebut lebih kecil dibandingkan tingkat signifikansi 5% atau 0,05. Dalam prinsip analisis kovarian, untuk bisa dikatakan berpengaruh secara signifikan maka nilai *Sig* harus lebih kecil dari 0,05. Dan nilai “Sig” pada variabel *regulasi* emosi adalah sebesar 0,000. Maka berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat *regulasi* emosi memiliki pengaruh terhadap kinerja mengajar guru sekolah luar biasa.

Tabel 4.14
Analisis regresi linear sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.717 ^a	.514	.499	7,034
a. Predictors: (Constant), REGULASI EMOSI				

Hasil output dari tabel diatas diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,514 yang berarti bahwa pengaruh variabel bebas (*regulasi* emosi) terhadap variabel terikat (kinerja mengajar) adalah sebesar 51,4 %. Maka dapat disimpulkan bahwa *regulasi* emosi berpengaruh positif terhadap kinerja mengajar guru sebesar 51,4 % sisanya 49,6% kinerja mengajar guru dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel yg diteliti.

C. Pembahasan

1. Tingkat regulasi emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk mengatur, mengenali, dan merespon emosi mereka dengan cara yang sehat dan produktif. Regulasi emosi juga penting dalam konteks pengajaran, termasuk bagi guru sekolah luar biasa yang mengajar murid dengan kebutuhan khusus. Adapun beberapa penelitian terdahulu untuk mengevaluasi regulasi emosi guru sekolah luar biasa seperti penelitian yang dilakukan oleh Lippitt (2016) memaparkan bahwa regulasi emosi sangat penting dalam pendidikan luar biasa karena siswa dengan kebutuhan khusus cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi mereka, guru yang dapat meregulasi

emosi mereka dengan baik dapat memberikan dukungan yang lebih efektif bagi siswa dengan kebutuhan khusus, regulasi emosi bukanlah keterampilan yang dapat dikuasai dengan mudah namun dibutuhkan waktu dan latihan untuk pengembangannya.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Reinhard (2014) memaparkan bahwa guru yang dapat meregulasi emosi dengan baik cenderung mengalami lebih sedikit stres dan kelelahan serta memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, regulasi emosi dipengaruhi oleh faktor seperti kualitas hubungan interpersonal mereka dengan siswa dan staf di sekolah, dukungan dari pemimpin sekolah, dan latihan regulasi emosi yang mereka terima. Selain itu penelitian Nurhasanah (2023) memaparkan bahwa sebagian besar subjek memiliki kemampuan untuk mengatur emosi positif dan negatif dengan baik, namun ada beberapa dari mereka yang pernah meluapkan emosi yang terlalu berlebihan terhadap ABK dikarenakan tekanan akibat dari masalah yang dihadapi.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Davis (2017) memaparkan bahwa guru yang mampu meregulasi emosi dengan baik mampu menciptakan lingkungan kelas yang lebih positif, regulasi emosi yang guru lakukan dapat membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan siswa serta meningkatkan partisipasi dan motivasi mereka dalam pembelajaran, dan juga regulasi emosi yang dilakukan guru dapat membantu memfasilitasi interaksi sosial yang positif antara murid berkebutuhan khusus dengan guru.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi sangat penting bagi guru sekolah luar biasa dalam mengatasi stres dan tantangan

dalam pembelajaran. Pelatihan regulasi emosi dapat membantu guru sekolah luar biasa meningkatkan kinerja mengajar mereka, mengembangkan kemampuan untuk mengatur emosi sendiri, dan membantu murid dengan kebutuhan khusus dalam mengatur emosi mereka.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 35 subjek mayoritas memiliki regulasi emosi pada tingkat sedang sebesar 65,7% dengan frekuensi sebanyak 23 subjek hasil tersebut sesuai dengan data yang dikelola menggunakan *SPSS*. Mayoritas subjek memiliki regulasi emosi sedang disebabkan oleh beberapa hal yang memberikan efek cukup besar terhadap regulasi emosi seperti kemampuan untuk mengontrol emosi seperti keyakinan dapat mengatasi suatu masalah, mampu menemukan cara untuk mengurangi masalah yang sedang dihadapi, serta cepat menenangkan diri jika sedang berada dalam suatu masalah.

Sementara untuk kategori tinggi diperoleh nilai sebesar 17,1% dengan frekuensi sebanyak enam subjek sesuai dengan perhitungan yang dilakukan dengan *SPSS*. Keenam subjek memiliki regulasi emosi tinggi disebabkan karena subjek dianggap seimbang pada keempat aspek yang telah ditentukan, yakni subjek memiliki strategi untuk mengontrol emosi seperti yakin dapat melewati masalah yang dihadapi, subjek terlibat dalam perilaku yang diarahkan pada tujuan artinya subjek dapat berfikir dan melakukan sesuatu dengan baik ketika mendapat emosi negatif, aspek lain seperti mengendalikan respon emosional dan penerimaan terhadap respon emosional mampu subjek kuasai dengan baik. Oleh karena nya sebesar 17,1% subjek memiliki regulasi emosi pada kategori tinggi.

Untuk kategori rendah diperoleh prosentase sebesar 17,1% dengan frekuensi sebanyak enam subjek berdasarkan dari perhitungan *SPSS*. Perhitungan rendah tersebut disebabkan karena subjek memiliki kemampuan rendah dalam hal perilaku yang diarahkan pada tujuan artinya subjek tidak mampu melakukan sesuatu dengan baik ketika dihadapkan dengan emosi negatif, aspek lain yang menyebabkan penilaian rendah pada tingkat regulasi emosi subjek yakni respon penerimaan emosional yang kurang dari subjek ketika dihadapkan pada situasi negatif, subjek tidak mampu untuk menerima hal tersebut dan cenderung merasa malu ketika merasakan emosi negatif.

Berdasarkan dari hasil yang didapatkan tersebut, maka solusi yang tepat untuk meningkatkan regulasi emosi guru sekolah luar biasa yang pertama adalah mengikuti pelatihan dan pengembangan untuk membantu mengelola emosi secara lebih efektif. Kedua yakni perlu adanya dukungan sosial dari rekan kerja dan juga manajemen sekolah untuk mengurangi stres dan tekanan yang dihadapi guru sekolah luar biasa, dukungan sosial tersebut dapat berupa diskusi dengan rekan kerja, konseling dan layanan dukungan psikologis. Solusi ketiga yakni guru harus mengembangkan keterampilan coping dalam menghadapi situasi yang menantang dengan anak berkebutuhan khusus, keterampilan coping ini dapat meliputi teknik relaksasi, teknik mengurangi stress dan teknik untuk meningkatkan resiliensi dan toleransi terhadap situasi yang menantang.

2. Tingkat kinerja mengajar guru

Kinerja mengajar guru merupakan penampilan kerja guru dalam menjalankan tugas memberikan bimbingan belajar yang berisi pengetahuan dan

keterampilan yang akan mengarah pada peningkatan prestasi siswa. Ada beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan untuk mengevaluasi tingkat kinerja mengajar guru sekolah luar biasa. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Santoso dan Budiasih (2017) memaparkan bahwa sebagian besar guru SLB di Surakarta memiliki kinerja mengajar yang cukup baik dalam konteks keterampilan mengelola kelas, merencanakan serta menyajikan materi pembelajaran. Penelitian lain yang dilakukan oleh Mawardi dan Nurcahyo (2020) memaparkan bahwa sebagian besar guru SLB di Kabupaten Jember memiliki kinerja mengajar yang baik dalam hal persiapan pembelajaran, penyajian materi, dan pengelolaan kelas, namun masih terdapat beberapa masalah dalam hal penilaian dan pemantauan kemajuan siswa.

Sedangkan penelitian dari Zulfa & Fadlilah (2019) memaparkan bahwa sebagian besar guru SLB di Kota Surabaya memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang kebutuhan khusus anak dan kemampuan dalam memberikan dukungan emosional dan sosial. Namun, masih terdapat beberapa guru yang belum sepenuhnya memahami kebutuhan khusus anak dan perlu meningkatkan keterampilan dalam memberikan dukungan emosional dan sosial. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa kinerja mengajar guru sekolah luar biasa dapat ditingkatkan dengan meningkatkan kemampuan mereka dalam merancang kurikulum yang sesuai, menyesuaikan metode pengajaran, menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, mengatasi tantangan pembelajaran, dan mengevaluasi kemajuan belajar murid. Pelatihan dan kolaborasi antara guru juga dapat membantu meningkatkan kinerja mengajar mereka.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan mayoritas subjek memiliki kinerja mengajar yang tergolong dalam kategori sedang, hal ini dapat dilihat dari hasil persentase yang didapatkan yakni sebesar 68,6% dengan frekuensi sebanyak 24 subjek, hasil tersebut sesuai dengan data yang telah dikelola menggunakan *SPSS*. Mayoritas kinerja mengajar subjek berada pada kategori sedang dikarenakan subjek memiliki kemampuan pada aspek pelaksanaan kegiatan pembelajaran dengan baik seperti dapat menggunakan metode serta strategi pembelajaran yang tepat, mampu melakukan pengelolaan kelas dengan baik saat jam pelajaran berlangsung, selain itu subjek juga memiliki penilaian cukup baik pada aspek evaluasi hasil penilaian peserta didik artinya subjek mampu memanfaatkan hasil evaluasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

Selanjutnya subjek memiliki penilaian pada kategori tinggi sebesar 17,1% dengan frekuensi sebanyak enam subjek sesuai dengan perhitungan *SPSS*. Penilaian tinggi pada keenam subjek disebabkan karena subjek memiliki penilaian seimbang pada kelima aspek yang digunakan sebagai skala untuk mengukur tingkat kinerja mengajar guru yakni perancangan program pembelajaran yang berarti subjek dapat merumuskan tujuan pembelajaran dengan baik, serta dapat memilih dan mengembangkan bahan ajar, pada aspek pelaksanaan proses pembelajaran subjek dapat mengelola kelas dengan baik, serta dapat menggunakan media pembelajaran yang dibutuhkan untuk ABK. Sementara untuk aspek evaluasi hasil proses pembelajaran subjek dapat menggunakan evaluasi tersebut untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

Pada kategori rendah ditemukan data sebesar 14,3% dengan frekuensi sebanyak lima subjek yang memiliki kinerja mengajar rendah, hal ini didapat dari perhitungan *SPSS* yang telah dilakukan. Subjek yang memiliki kinerja mengajar rendah disebabkan karena kurangnya kemampuan subjek dalam aspek pengembangan diri, subjek kurang berpartisipasi dalam pelatihan dan pengembangan diri terkait dengan kebutuhan pengajaran, serta pada aspek kepemimpinan dan manajemen subjek kurang mampu menjalin kerjasama dengan orang tua siswa dan stakeholder lainnya untuk mendukung keberhasilan siswa.

Berdasarkan dari hasil yang didapatkan tersebut, maka solusi yang tepat untuk meningkatkan kinerja mengajar guru sekolah luar biasa adalah guru harus mengikuti pengembangan diri untuk mempelajari strategi dan teknik mengajar yang lebih efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan ABK, berkolaborasi dengan rekan kerja untuk memperoleh ide dan saran dalam menghadapi tantangan mengajar serta memperluas jaringan profesional kerja, menerapkan pendekatan inklusif sesuai dengan kebutuhan ABK, memanfaatkan teknologi guna membuat materi bahan ajar yang menarik untuk ABK sehingga motivasi belajar mereka menjadi meningkat, melakukan evaluasi guna mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dalam mengajar ABK, dan solusi yang terakhir adalah melibatkan orang tua dalam proses pembelajaran dengan pemantauan perkembangan ABK dirumah.

3. Pengaruh regulasi emosi terhadap kinerja mengajar guru

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Santri (2022) regulasi emosi guru sangat berpengaruh terhadap kinerja mengajar guru, semakin Regulasi emosi maka kinerja mengajar guru semakin baik. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan

dapat disimpulkan bahwa gambaran indeks regulasi emosi guru di SD inklusi Pekanbaru tergolong tinggi. Hasilnya memaparkan bahwa guru yang mengajar di SD Inklusi Pekanbaru memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi diri, memotivasi, mengendalikan emosi, dan membangun hubungan yang baik dengan siswa, terutama yang berkebutuhan khusus. Jika guru SD inklusi memiliki indeks regulasi emosi yang rendah dapat mempengaruhi kinerja guru dan menyebabkan proses belajar mengajar tidak optimal.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Karaben dan Kustanti (2020), hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas dari subjek yang diteliti (35 orang atau 70%) memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi, 15 subjek (30%) memiliki tingkat regulasi emosi yang rendah, dan tidak ada subjek yang memiliki tingkat regulasi emosi sangat rendah maupun sangat tinggi. Maka, diketahui bahwa skor regulasi emosi guru SLB Negeri Semarang rata-rata berada pada kategori tinggi. Individu yang memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi, berarti mampu untuk memahami, menjaga dan sadar dengan perasaan yang sedang dirasakan, dengan begitu individu dapat mengatur perilakunya sesuai dengan keadaan yang sedang terjadi sehingga dapat diterima oleh orang-orang di sekitarnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa regulasi emosi berpengaruh terhadap kinerja mengajar guru sekolah luar biasa hal ini dikarenakan guru sekolah luar biasa berhadapan langsung dengan berbagai macam karakteristik anak berkebutuhan khusus yang sulit dimengerti sehingga dalam proses pengajaran diperlukan banyak kesabaran serta kontrol emosi yang

baik. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan adanya pengaruh antara regulasi emosi terhadap kinerja mengajar guru sekolah luar biasa. Hal ini ditunjukkan pada nilai analisis kovarian dimana $Sig = 0,000$, yang mana nilai Sig tersebut lebih kecil dari taraf signifikan 5% atau 0,05, sisanya kinerja guru dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel regulasi emosi. Sedangkan untuk hasil analisis regresi sederhana didapatkan hasil 0,514 atau 51,4% itu artinya regulasi emosi berpengaruh sebesar 51,4% terhadap kinerja mengajar guru sisanya 49,6% kinerja mengajar guru SLB dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel yang diteliti. Faktor yang mempengaruhi kinerja mengajar guru menurut Sudarwan (2022) antara lain tingkat pendidikan guru, supervisi pengajaran, program penataran, kondisi atau suasana sekolah, kondisi fisik dan mental guru, sikap guru, kemampuan manajerial kepala sekolah, dan tingkat pendapatan guru.

Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian. Eisenberg (2000), bahwa secara khusus, regulasi emosi berperan untuk mempengaruhi emosi moral, empati, dan kinerja. Sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Silfiyah, Suroso dan Rini (2019), bahwa regulasi emosi memberikan pengaruh terhadap kinerja. Penelitian yang dilakukan oleh Meilani (2018) menghasilkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan juga signifikan antara regulasi emosi dengan kinerja mengajar guru SLB. Selain itu, Putri (2013) dalam penelitiannya menghasilkan bahwa kinerja mengajar guru dipengaruhi oleh regulasi emosi sebesar 14,8% dan 85,2% sisanya dipengaruhi faktor lain. Kemampuan guru dalam melakukan regulasi emosi berpengaruh pada perilaku sehari-hari yang ditunjukkan, baik perilaku positif maupun perilaku negatif. Penelitian yang dilakukan oleh Jiang, dkk (2016)

mengatakan bahwa guru melakukan regulasi emosi bertujuan untuk mengurangi ekspresi emosi yang negatif dan meningkatkan ekspresi emosi yang positif.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Umumnya guru pada sekolah luar biasa memiliki tingkat *regulasi* emosi pada kategori sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan skor yang diperoleh dari hasil perhitungan *SPSS* yakni sebanyak 65,7% dengan total 23 subjek hal tersebut dikarenakan sebagian besar subjek memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi seperti keyakinan dapat mengatasi suatu masalah, mampu menemukan cara untuk mengurangi masalah yang sedang dihadapi, serta cepat menenangkan diri jika sedang berada dalam suatu masalah. Sedangkan untuk subjek yang memiliki regulasi emosi kategori tinggi sebanyak 17,1% dengan frekuensi enam subjek mereka mampu menguasai keempat aspek regulasi emosi dengan baik, dan yang terakhir untuk subjek dengan kategori regulasi emosi rendah sebanyak 17,1% dengan total frekuensi sebanyak enam subjek, hal tersebut dikarenakan subjek memiliki kemampuan rendah dalam hal perilaku yang diarahkan pada tujuan artinya subjek tidak mampu melakukan sesuatu dengan baik ketika dihadapkan dengan emosi negatif, aspek lain yang menyebabkan penilaian rendah pada tingkat regulasi emosi subjek yakni respon penerimaan emosional yang kurang dari subjek ketika dihadapkan pada situasi negatif, subjek tidak mampu untuk menerima hal tersebut dan cenderung merasa malu ketika merasakan emosi negatif.

2. Umumnya guru sekolah luar biasa mayoritas memiliki tingkat kinerja mengajar pada kategori sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan skor yang diperoleh dari hasil perhitungan *SPSS* yakni sebesar 68,6% dengan total frekuensi sebanyak 24 subjek hal tersebut dikarenakan subjek memiliki kemampuan pada aspek pelaksanaan kegiatan pembelajaran dengan baik seperti dapat menggunakan metode serta strategi pembelajaran yang tepat, mampu melakukan pengelolaan kelas dengan baik saat jam pelajaran berlangsung, selain itu subjek juga memiliki penilaian cukup baik pada aspek evaluasi hasil penilaian peserta didik artinya subjek mampu memanfaatkan hasil evaluasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Sedangkan untuk subjek yang memiliki kinerja mengajar kategori tinggi sebanyak 17,1% dengan frekuensi enam subjek hal tersebut dikarenakan subjek dapat menguasai dari kelima aspek kinerja mengajar guru dengan baik seperti perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, evaluasi hasil pembelajaran, pengembangan diri dan juga aspek kepemimpinan dan manajemen. Sementara untuk subjek dengan kategori kinerja mengajar rendah sebanyak 14,3% dengan total frekuensi lima subjek hal tersebut dikarenakan kurangnya kemampuan subjek dalam aspek pengembangan diri, subjek kurang berpartisipasi dalam pelatihan dan pengembangan diri terkait dengan kebutuhan pengajaran, serta pada aspek kepemimpinan dan manajemen subjek kurang mampu menjalin kerjasama dengan orang tua siswa dan stakeholder lainnya untuk mendukung keberhasilan siswa.

3. Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya pengaruh regulasi emosi terhadap kinerja mengajar guru sekolah luar biasa yang ditunjukkan dengan nilai analisis kovarian dimana nilai Sig = 0,000 yang mana nilai “Sig” tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 5% atau 0,05. Maka berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat regulasi emosi memiliki pengaruh terhadap kinerja mengajar guru pada sekolah luar biasa. Dan pada hasil regresi linear sederhana menunjukkan pengaruh variabel X terhadap variabel lain Y sebesar 51,4%, sisanya 49,6% kinerja mengajar guru dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel penelitian yang diteliti.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian, maka ada rekomendasi untuk beberapa pihak antara lain

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian guru sekolah luar biasa harus terus meningkatkan regulasi emosi untuk mencapai kinerja mengajar yang optimal dalam mendidik anak berkebutuhan khusus dengan penuh kesabaran dengan cara Mengikuti pelatihan dan pengembangan untuk membantu mengelola emosi, banyak berdiskusi dengan guru SLB lain untuk mengurangi stres dan tekanan yang dihadapi, mengikuti pengembangan diri untuk mempelajari strategi dan teknik mengajar yang lebih efektif serta menerapkan pendekatan inklusif sesuai dengan kebutuhan ABK.

2. Penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna dikarenakan kurangnya pengalaman dan pengetahuan tentang topik

penelitian sehingga mempengaruhi kemampuan peneliti untuk merancang dan melaksanakan penelitian secara efektif, oleh karena itu bagi peneliti lain yang akan meneliti dengan tema yang sama untuk lebih mengkaji lagi terkait dengan pengaruh *regulasi* emosi terhadap kinerja mengajar guru sekolah luar biasa dengan memperhatikan aspek serta faktornya, dan semoga penelitian selanjutnya dapat meneliti lebih banyak subjek sehingga jangkauan penelitian menjadi lebih luas serta dapat meneliti variabel lain yang mempengaruhi kinerja mengajar guru sekolah luar biasa seperti motivasi kerja, komitmen, *self-efficacy*, stres, kepuasan kerja, serta empati terhadap ABK.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2018). *Dasar dasar psikometrika (II)*. Pustaka Belajar.
- Davis, K. A. B. and C. A. (2017). Emotion regulation in inclusive classroom : implications for students “ well-being and learning.” *International Journal of Inclusive Education*.
- Diamond, L. M., & Aspinwall, L. G. (2003). Emotion regulation across the life span: an processes. Motivation and emotion. *Association for Psychological Science*,.
- Gross, James, J. (2007). *Handbook of emotion regulation*. New York: The Guilford Press.
- Gross, J. J., & Ochsner, K. N. (2008). Cognitive emotion regulation: Insights from social cognitive and affective neuroscience. *Association for Psychological Science*,.
- Hapsari, I. I., & Armayanti, T. (2017). Empati terhadap kinerja guru sekolah luar biasa. *Jppp - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 6(1), 35–41.
<https://doi.org/10.21009/jppp.061.05>
- Hayati, R., Widyana, R., & Sholichah, M. (2015). Terapi tawa untuk menurunkan kecenderungan burnout pada guru pendamping anak berkebutuhan khusus. *Humanitas Indonesian Psychological Journal*, 12(1). 60-72
- Hendrikson. (2013). *Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi*. PT. Gramedia.

- Joshua, A., Griffith, J.A., Theil, C.E., & Connelly, S. (2015). Evelopment and validation of a measure for emotion regulation at work: Introducing the workplace emotion regulation preference inventory (WERPI). *Personality and Individual Differences*, 85, 245–250.
- Karaben, G. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial guru di slb negeri semarang. *Jurnal empati*, 9(4), 294–299.
- Khaerunnisa, S. H., Hakim, L., & Erliana, Y. D. (2019). Regulasi emosi guru pendamping anak berkebutuhan khusus. *Jurnal psimawa*, 2(1), 7–14.
- Khunaifi, A. Y. (2019). *Analisis Kritis Undang-Undang Sisdiknas Nomor 20 Tahun 2003*. 13, 81–102.
- Lippitt, M. M. (2016). Emotional regulation and inclusive education : a review of the literature. *Journal of Education and Practice*.
- Mawardi, M., & Nurcahyo, A. (2020). Analisis kinerja mengajar guru pada sekolah luar biasa negeri di kabupaten jember. *Jurnal Administrasi Pendidikan*, 4(2), 109–117.
- Melisa, F. (2013). Jumlah anak berkebutuhan khusus di indonesia tinggi. *Republica*.
ews.republika.co.id/berita/mq2zvp/jumlah-anak-berkebutuhan-khusus-di-indonesia-tinggi
- Nurhasanah, N. (2023). Regulasi emosi pada guru anak berkebutuhan khusus. (Studi Fenomenologi Sekolah Luar Biasa X). *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Dan Konseling* 2(2). 12-28

- Prabowo, Hari. (2019). Pentingnya peranan kurikulum yang sesuai dalam pendidikan, *Program studi teknologi pendidikan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang*.
- Pratiwi, S. I., & Mardianty, D. (2022). Pengaruh stres kerja terhadap kinerja guru pada sekolah luar biasa (slb) harapan bunda kota dumai. *Jurnal Ekonomi Bisnis dan Manajemen*, 1(2), 15–25.
- Priansa, D. J. (2018). *Perencanaan dan pengembangan sdm* (cetakan ke II). Bandung : Alfabeta.
- Putri, M. K., & Sudarto, Z. (2019). Studi deskriptif kompetensi guru dalam proses pembelajaran anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 1–15.
- Rachmawaty, F., Psikologi, F., & Malang, U. M. (2015). Konseling kelompok untuk mengurangi simptom stres pada guru pendamping anak berkebutuhan. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(2), 129–144.
- Reinhard Pekrun, Valerie A. Schutz, Stephanie M. M Kolller, dan H. M. (2014). "Teachers" emotion regulation in the classroom : conceptualization, assessment, and implications for teacher well-being and effectiveness. *Springer Science and Business Media*.
- Restina, A. Z., & Mardawan, O. (2017). Studi deskriptif mengenai regulasi emosi pada guru slb abcd x kota bandung. *Prosiding psikologi*, 1(4), 48–52.
- Riwanti, D. (2019). Hubungan antara kecerdasan ruhaniah terhadap kinerja guru sekolah luar biasa (slb) negeri pelambunan banjarmasin. *Al-Husna*, 2, 1–10.

- Santoso, B., & Budiasih, R. (2017). Kinerja guru dalam pendidikan inklusif pada sekolah luar biasa di surakarta. *Jurnal Inklusi*, 4(1), 1–12.
- Santri, Y. (2022). Gambaran kecerdasan emosi pada guru di sd inklusi pekanbaru. *Jurnal Universitas Riau Pekanbaru*, 2(15).
- Sari, E., Zaini, A. Z., & Suarja, S. S. (2017). Kendala guru dalam proses pembelajaran pada anak berkebutuhan khusus di smp negeri 23 padang. *Stkip Pgri Sumbar*, 1–12.
- Sugiyono. (2012). *Memahami penelitian kuantitatif*. CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan r&d*. CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi*. CV. Alfabeta.
- Susanto, Ahmad. (2017). *Teori belajar dan pembelajaran*. Jakarta : Prenada Media
- Thompson, R. . (2014). Emotional regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*.
- Zulfa, A. F., & Fadlilah, F. (2019). Kinerja guru pendidikan khusus pada sekolah inklusi di kota surabaya. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 3(1), 1–19.

LAMPIRAN

Lampiran 1 : Skala penelitian

A. Skala regulasi emosi

No.	Pernyataan	Pilihan			
		SS	S	TS	STS
1.	Ketika sedang sedih saya tidak menyalahkan diri saya karena merasakan emosi tersebut.				
2	Saya tidak merasa cemas saat saya menghadapi masalah ketika mengajar peserta didik karena saya yakin dapat mengatasinya				
3	Ketika marah terhadap peserta didik, saya mudah merasa emosi saya dalam waktu singkat				
4	Tidak ada yang bisa saya lakukan untuk mengurangi kecemasan yang saya rasakan				
5	Saya akan beribadah untuk mengatasi kesedihan yang saya rasakan				
6	Saya mengetahui cara untuk mengurangi kesedihan				
7	Saya cenderung merasa cemas dan tegang ketika ada masalah besar yang harus saya selesaikan				
8	Saya tidak mengetahui cara untuk mengatasi kemarahan yang saya rasakan				
9	Sulit bagi saya untuk berkonsentrasi ketika mengajar saat sedang cemas				
10	Saya tetap bisa berpikir jernih saat sedang marah				
11	Saya dapat melakukan sesuatu dengan baik meski dalam keadaan cemas				
12	Saya merasa tetap tenang ketika sedang marah				
13	Saya sulit berpikir jernih ketika sedang marah terhadap perilaku peserta didik				
14	Saya dapat mengontrol suara saya agar tidak meninggi ketika sedang marah terhadap perilaku peserta didik				
15	Ketika merasa terlalu lelah atau stres, saya biasanya mencari cara untuk beristirahat dan mengembalikan emosi saya				
16	Saya berkata kasar ketika saya sedang emosi terhadap perilaku peserta didik				

17	Saya mampu mengendalikan emosi saya ketika dihadapkan dengan anak didik yang sulit diatur
18	Saya dapat menyembunyikan kemarahan saya dari orang lain.
19	Saat saya marah suara saya menjadi tinggi
20	Saya menunjukkan rasa marah saya pada orang lain ketika emosi dengan perilaku anak berkebutuhan khusus
21	Ketika merasa sedih dan kecewa, saya biasanya mencari cara untuk menghibur diri dan melihat sisi positif dari situasi yang sedang terjadi
22	Saya mampu mengekspresikan emosi saya secara sehat dan efektif tanpa melukai perasaan orang lain.
23	Saya cenderung frustrasi dan kecewa ketika tidak berhasil mencapai tujuan yang saya inginkan
24	Saya kesal karena membiarkan diri saya putus asa dan tak berdaya
25	Saya tidak kecewa ketika sesuatu terjadi tidak sesuai dengan keinginan saya
26	Ketika sedang sedih saya membenci diri saya dan menyalahkan apa yang sudah terjadi

B. Skala Kinerja Mengajar Guru

No.	Pernyataan	Pilihan			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu membuat rencana pembelajaran dengan memperhatikan dan mempertimbangkan kemampuan siswa berkebutuhan khusus				
2.	Saya mampu mengembangkan bahan ajar yang sesuai dengan kebutuhan siswa				
3.	Saya memilih metode dan strategi pembelajaran yang tepat untuk mencapai tujuan pembelajaran				
4.	Saya mampu untuk menilai kemajuan siswa secara berkala dan melakukan tindakan lanjutan bila diperlukan				
5	Saya mampu melaksanakan pembelajaran dengan metode dan strategi yang sesuai				

6	Saya mampu mengelola kelas dengan baik sehingga menciptakan lingkungan belajar yang kondusif
7	Saya mampu memanfaatkan teknologi dan media pembelajaran yang tepat
8	Saya mampu berinteraksi dengan siswa secara positif dan memberikan bimbingan secara efektif
9	Saya mengajarkan siswa untuk berdoa sebelum masuk kelas
10	Saya memahami setiap kesulitan siswa didalam kelas
11	Saya mampu mengembangkan instrumen penilaian yang sesuai dengan tujuan pembelajaran
12	Saya mampu menggunakan instrumen penilaian yang tepat untuk menilai kemajuan siswa
13	Saya mampu mampu melakukan analisis hasil penilaian dan mengambil tindakan perbaikan pembelajaran
14	Saya terus melakukan perkembangan pembelajaran berdasarkan evaluasi yang saya dapat sebelumnya
15	Saya mampu mengidentifikasi kebutuhan pengembangan diri untuk meningkatkan kualitas pengajaran
16	Saya mampu menggunakan objek-objek di dalam kelas untuk melakukan pembelajaran
17	Saya berpartisipasi dalam pelatihan dan pengembangan diri terkait dengan kebutuhan pengajaran
18	Saya sering mengikuti workshop tentang pembelajaran untuk anak berkebutuhan khusus
19	Saya menyelesaikan program pengembangan profesional seperti sertifikasi atau program magister
20	Saya berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan yang mendukung pengembangan profesi
21	Saya mampu menjadi pemimpin dan pengelola kelas yang baik

22	Saya memotivasi siswa untuk belajar dan mencapai tujuan pembelajaran
23	Saya mampu mengambil keputusan yang tepat dalam situasi yang kompleks
24	Saya mampu menjalin kerjasama dengan orang tua siswa dan stakeholder lainnya untuk mendukung keberhasilan siswa
25	saya sering berkomunikasi dengan orang tua siswa untuk mengetahui perkembangan perilaku peserta didik di rumah

Lampiran 2 : Uji Validitas

A. Skala Regulasi Emosi

		X25
X01	Pearson Correlation	.521**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
X02	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X03	Pearson Correlation	.449**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	35
X04	Pearson Correlation	.619**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X05	Pearson Correlation	.500**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	35
X06	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X07	Pearson Correlation	.619**
	Sig. (2-tailed)	,000

	N	35
X08	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X09	Pearson Correlation	.498**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	35
X10	Pearson Correlation	.609**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X11	Pearson Correlation	.486**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	35
X12	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X13	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X14	Pearson Correlation	.552**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
X15	Pearson Correlation	.549**

	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
X16	Pearson Correlation	.411*
	Sig. (2-tailed)	,014
	N	35
X17	Pearson Correlation	.486**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	35
X18	Pearson Correlation	.349*
	Sig. (2-tailed)	,040
	N	35
X19	Pearson Correlation	.589**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X20	Pearson Correlation	.530**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
X21	Pearson Correlation	.619**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X22	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35

X23	Pearson Correlation	.449**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	35
X24	Pearson Correlation	.583**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
X25	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	35

B. Skala Kinerja mengajar

		Y23
Y01	Pearson Correlation	.378*
	Sig. (2-tailed)	,025
	N	35
Y02	Pearson Correlation	.345*
	Sig. (2-tailed)	,042
	N	35
Y03	Pearson Correlation	.396*
	Sig. (2-tailed)	,018
	N	35

Y04	Pearson Correlation	.603**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	35
Y05	Pearson Correlation	.850**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	35
Y06	Pearson Correlation	.850**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	35
Y07	Pearson Correlation	.629**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	35
Y08	Pearson Correlation	.385*
	Sig. (2- tailed)	,023
	N	35
Y09	Pearson Correlation	.345*
	Sig. (2- tailed)	,042
	N	35

Y10	Pearson Correlation	.821**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	35
Y11	Pearson Correlation	.743**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	35
Y12	Pearson Correlation	.416*
	Sig. (2- tailed)	,013
	N	35
Y13	Pearson Correlation	.850**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	35
Y14	Pearson Correlation	.387*
	Sig. (2- tailed)	,022
	N	35
Y15	Pearson Correlation	.752**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	35

Y16	Pearson Correlation	.808**
	Sig. (2- tailed)	.000
	N	35
Y17	Pearson Correlation	.833**
	Sig. (2- tailed)	.000
	N	35
Y18	Pearson Correlation	.623**
	Sig. (2- tailed)	.000
	N	35
Y19	Pearson Correlation	.402*
	Sig. (2- tailed)	.017
	N	35
Y20	Pearson Correlation	.833**
	Sig. (2- tailed)	.000
	N	35
Y21	Pearson Correlation	.743**
	Sig. (2- tailed)	.000
	N	35

Y22	Pearson Correlation	.416*
	Sig. (2- tailed)	.013
	N	35
Y23	Pearson Correlation	1
	Sig. (2- tailed)	
	N	35

Lampiran 3 : Uji Reliabilitas

A. Reliabilitas Regulasi Emosi

Cronbach's Alpha	N of Items
,888	24

B. Reliabilitas Kinerja Mengajar

Cronbach's Alpha	N of Items
,918	22

Lampiran 4 : Hasil Uji Kategorisasi

A. Regulasi Emosi

Descriptive Statistics						
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	
REGULASI EMOSI	35	57	92	70,00	9,149	
Valid N (listwise)	35					

Kategori					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	6	17,1	17,1	17,1
	sedang	23	65,7	65,7	82,9
	rendah	6	17,1	17,1	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

B. Kinerja Mengajar

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
KINERJA MENGAJAR GURU	35	47	85	65,06	9,941
Valid N (listwise)	35				

kategori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	6	17,1	17,1	17,1
	sedang	24	68,6	68,6	85,7
	rendah	5	14,3	14,3	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Lampiran 5 : Uji Asumsi

Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		35
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	6,93004796
Most Extreme Differences	Absolute	,135
	Positive	,135
	Negative	-,085
Test Statistic		,135
Asymp. Sig. (2-tailed)		.109 ^c

Uji linearitas

ANOVA Table							
times			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KINERJA MENGAJA	Between Groups	(Combined)	2830,719	22	128,669	2,918	,029
R * REGULASI EMOSI		Linearity	1727,017	1	1727,017	39,164	,000
		Deviation from Linearity	1103,703	21	52,557	1,192	,387
Within Groups			529,167	12	44,097		
Total			3359,886	34			

Lampiran 6 : Uji hipotesis analisis regresi linear sederhana

ANOVA^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1727,017	1	1727,017	34,903	.000 ^b
	Residual	1632,869	33	49,481		
	Total	3359,886	34			

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.717 ^a	.514	.499	7,034

a. Predictors: (Constant), REGULASI EMOSI

