

Stres Kerja Guru Dalam Mengajar Peserta Didik Berkebutuhan Khusus Di SLB X (Studi Fenomenologi)

Amanda Stefia¹, Dian Ardyanti^{2*}, Emelia Tonapa³, Sri Hazanah⁴

^{1,2,3,4} Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

Email: ardyantidian24@gmail.com

Abstrak

Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) menghadapi tuntutan kerja yang kompleks dalam mendampingi peserta didik berkebutuhan khusus, yang berpotensi menimbulkan stres kerja dan berdampak pada kesejahteraan psikologis serta kualitas pembelajaran. Menganalisis stres kerja guru dalam mengajar peserta didik berkebutuhan khusus di SLB X berdasarkan faktor penyebab, penilaian awal (*primary appraisal*), dan penilaian sekunder (*secondary appraisal*). Penelitian kualitatif dengan desain fenomenologi melalui wawancara mendalam dan observasi non-partisipan terhadap 8 informan (1 informan kunci dan 7 informan utama) yang dipilih secara *purposive*. Data dianalisis secara tematik berdasarkan faktor penyebab stres, *primary appraisal*, dan *secondary appraisal*. Penilaian awal (*primary appraisal*), sebagian besar guru memaknai tugas mengajar sebagai tantangan dan panggilan hati, namun sebagian menilai situasi tertentu sebagai ancaman. Penilaian sekunder (*secondary appraisal*), dukungan rekan sejawat, keluarga, dan forum diskusi guru menjadi faktor utama yang membantu guru bertahan menghadapi tekanan kerja. Stres kerja guru SLB dipengaruhi oleh kesiapan latar belakang pendidikan dan keragaman karakteristik peserta didik, namun dapat dikelola melalui penilaian kognitif yang positif serta dukungan sosial yang memadai.

Kata kunci: stres kerja, guru SLB, peserta didik berkebutuhan khusus, *primary appraisal*, *secondary appraisal*.

Abstract

Special education (SLB) teachers face complex work demands in supporting students with special needs, which may lead to work-related stress and affect their psychological well-being as well as the quality of teaching and learning. To analyze teachers' work stress in teaching students with special needs at SLB X based on stress-causing factors, primary appraisal, and secondary appraisal. This qualitative study used a phenomenological design through in-depth interviews and non-participant observation of 8 informants (1 key informant and 7 main informants) selected through purposive sampling. Data were analyzed thematically based on the stress-causing factors, primary appraisal, and secondary appraisal. In primary appraisal, most teachers perceived the task of teaching as a challenge and a calling, though some assessed certain situations as threats. In secondary appraisal, support from colleagues, family, and teacher discussion forums was the main factor helping teachers cope with work pressure. Teachers' work stress in special education schools is influenced by their educational readiness and the diversity of student characteristics, but it can be managed through positive cognitive appraisal and adequate social support.

Keywords: work stress, special education teacher, students with special needs, *primary appraisal*, *secondary appraisal*.

1. PENDAHULUAN

Sekolah Luar Biasa (SLB) merupakan lembaga pendidikan krusial yang secara spesifik memberikan layanan bagi peserta didik dengan hambatan fisik, emosi, mental, dan sosial. Meskipun demikian, peserta didik ini tetap memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa yang harus dikembangkan (Tumanggor *et al.*, 2023). Pengembangan potensi ini sangat bergantung pada peran guru dalam memfasilitasi keterampilan, terutama bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) (Nornadia *et al.*, 2024).

Profesi sebagai guru SLB merupakan bidang yang kompleks seperti menuntut keterampilan khusus, kompetensi profesional, serta kondisi mental dan fisik yang prima. Dalam

praktiknya, tuntutan ini sering kali menciptakan tekanan dan potensi stres kerja bagi guru (Yuwenda & Heryanda, 2022). Selain itu, pelaksanaan pendidikan di SLB sering menghadapi kendala ketika guru tidak sesuai dengan kompetensinya, ditambah beban kerja yang tinggi. Hal ini dapat memengaruhi kinerja dan pada akhirnya berdampak negatif pada kondisi psikologis guru (Nirmala & Hikmah, 2022).

Isu kesehatan mental di tempat kerja merupakan masalah global yang signifikan. WHO melaporkan bahwa sekitar 15% pekerja usia produktif di seluruh dunia mengalami gangguan kesehatan mental pada suatu waktu tertentu. Gangguan seperti depresi dan kecemasan ini berdampak serius terhadap produktivitas kerja, dengan estimasi kerugian global mencapai lebih dari 12 miliar per-hari pekerja setiap tahun (*World Health Organization*, 2022).

Kondisi ini juga secara spesifik memengaruhi sektor pendidikan. Berdasarkan laporan TALIS 2018 Results (Volume II), stres kerja di kalangan guru adalah isu yang meluas dan menjadi tantangan besar bagi sistem pendidikan global. Secara rata-rata, 50% guru pendidikan menengah pertama di negara-negara OECD melaporkan mengalami stres kerja “cukup sering” atau “sangat sering”. Beban kerja yang berat, seperti jam kerja yang panjang dan tugas administratif yang menyita waktu, diidentifikasi sebagai pemicu utama stres guru (OECD, 2020).

Tren peningkatan masalah kesehatan mental juga terlihat jelas di Indonesia. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa sekitar 6,1% penduduk berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental emosional. Temuan terbaru dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 memperkuat hal ini, dengan prevalensi depresi tercatat sebesar 3,7% atau setara dengan lebih dari sembilan juta orang, menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental memerlukan perhatian serius (Kemenkes, 2021).

Secara spesifik di bidang pendidikan, berbagai penelitian di Indonesia telah mengidentifikasi stres kerja yang tinggi di kalangan guru. Berdasarkan penelitian di Kota Depok mengungkapkan 50,7% guru SLB mengalami *distress* tinggi yang dipengaruhi oleh beban kerja, dukungan sosial buruk, dan ketakutan COVID-19 (Hafiah & Erwandi, 2022). Sejalan dengan hal tersebut, Sekolah Dasar Inklusi di kabupaten Buleleng, Bali terdapat sekitar 38,5% (10 guru) mengalami stres ringan, 57,7% (15 guru) mengalami stres sedang, dan terdapat 3,8% (1 guru) mengalami stres berat. Stres ini dipengaruhi oleh kebutuhan pengajaran beragam (menangani siswa reguler dan siswa berkebutuhan khusus secara bersamaan) serta kurangnya pelatihan khusus (Adnyana *et al.*, 2021). Lebih lanjut, stres kerja ini telah terbukti berpengaruh negatif terhadap kinerja guru di SLB, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian di Kota Dumai, Riau terdapat 41,5% guru mengakui bahwa peningkatan tekanan kerja berdampak pada penurunan efektivitas dan produktivitas mengajar (Pratiwi, 2022).

Penelitian di Kalimantan Timur yang dilakukan oleh Amelia *et al.*, (2024) pada guru SDN 019 di Kelurahan Marga Sari, Kota Balikpapan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar guru mengalami beban kerja yang tinggi, yaitu sebanyak 78,13%, dan bahkan 21,88% di antaranya memiliki beban kerja yang sangat tinggi. Kondisi ini berpengaruh pada tingkat stres yang dialami guru, di mana 84,38% responden mengalami stres kerja pada tingkat sedang dan 15,63% mengalami stres ringan (Amalia *et al.*, 2024).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang diperoleh melalui wawancara dengan 3 guru di SLB Negeri Samarinda, diperoleh gambaran bahwa mengajar peserta didik berkebutuhan khusus merupakan pengalaman yang penuh tantangan dan berpotensi menimbulkan stres kerja. Terdapat 2 guru mengungkapkan bahwa pada awal penempatan mereka mengalami keterkejutan karena tidak memiliki latar belakang pendidikan khusus di bidang Pendidikan Luar Biasa. Ketidaksiapan tersebut membuat guru harus beradaptasi secara mandiri dengan kondisi

peserta didik yang memiliki keterbatasan intelektual, hambatan komunikasi, serta perilaku yang berbeda dari peserta didik di sekolah umum.

Tekanan kerja juga muncul dari perilaku peserta didik berkebutuhan khusus yang sulit diprediksi. Guru menceritakan pengalaman emosional seperti didorong, ditarik jilbabnya, hingga mengalami kontak fisik secara tiba-tiba dari peserta didik. Situasi tersebut menimbulkan perasaan kaget, sedih, dan tertekan, meskipun sebagai guru memilih untuk memendam emosinya dan tetap menjalankan peran sebagai pendidik. Selain itu, stres kerja dirasakan ketika guru belum melihat adanya perkembangan yang signifikan pada peserta didik setelah proses pembelajaran. Harapan guru agar peserta didik mengalami perubahan sering kali tidak sejalan dengan kondisi di lapangan, sehingga memicu kelelahan mental dan pikiran yang berkelanjutan dalam mencari strategi pembelajaran yang tepat.

Meskipun menghadapi berbagai tekanan, guru berusaha memakai pengalaman tersebut sebagai tantangan profesional. Guru mengelola stres dengan berbagai cerita kepada rekan sejawat, belajar dari guru senior, serta mencari informasi secara mandiri. Namun, temuan ini menunjukkan bahwa guru SLB Negeri Samarinda tetap menghadapi beban psikologis dalam proses mengajar peserta didik berkebutuhan khusus.

Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian Kurnia *et al.*, (2024) yang menemukan bahwa guru SLB rentan mengalami stres kerja akibat tuntutan dalam mendampingi peserta didik berkebutuhan khusus yang memiliki karakteristik dan perilaku yang beragam. Stres kerja guru muncul dari kesulitan menangani perilaku peserta didik, harapan terhadap perkembangan peserta didik yang berjalan lambat, serta tekanan psikologis yang berdampak pada kondisi fisik, emosional, dan mental guru. Penelitian ini juga menemukan bahwa stres kerja guru SLB dapat memenuhi kualitas pengajaran dan hubungan guru dengan peserta didik. (Kurnia *et al.*, 2024).

Meskipun demikian, hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara khusus membahas stres kerja guru SLB tepatnya pada daerah kota samarinda. Hal ini menunjukkan bahwa topik mengenai bagaimana guru menghadapi tekanan psikologis dan menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan dalam proses pembelajaran anak berkebutuhan khusus masih minim kajian. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu untuk melaksanakan penelitian mengenai stres kerja guru dalam mengajar peserta didik berkebutuhan khusus penting untuk dilakukan guna memahami pengalaman guru secara lebih mendalam. Dari hasil uraian permasalahan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Stres kerja guru dalam mengajar peserta didik berkebutuhan khusus di SLB X (Studi Fenomenologi)”.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi untuk memahami secara mendalam pengalaman guru dalam menghadapi stres selama proses pembelajaran di SLB Negeri Samarinda. Pendekatan kualitatif bertujuan menggali tindakan, motivasi, persepsi, dan perilaku subjek penelitian secara komprehensif (Ardyanti *et al.*, 2026), sedangkan fenomenologi dipilih karena mampu mengungkap makna pengalaman hidup individu terhadap suatu fenomena (Alvina *et al.*, 2024). Melalui pendekatan ini, penelitian berfokus pada cara guru memaknai pengalaman mengajar peserta didik berkebutuhan khusus, strategi yang digunakan dalam menghadapi stres, serta makna yang terbentuk dari pengalaman tersebut.

Penelitian dilaksanakan pada 23 Februari–23 Maret 2026 di SLB Negeri Samarinda, Jalan Pelita No.16, Sungai Pinang Dalam, Kecamatan Sungai Pinang, Kota Samarinda. Populasi penelitian terdiri atas 32 guru pengajar dari total 40 pendidik dan tenaga kependidikan di sekolah tersebut. Pemilihan informan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu

penentuan partisipan berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga mampu menjawab permasalahan penelitian (M. P. Sari et al., 2023). Informan penelitian berjumlah 8 orang, terdiri atas 1 informan kunci (Kepala Sekolah) dan 7 informan utama (guru). Informan kunci berperan memberikan informasi yang komprehensif mengenai fenomena penelitian, sedangkan informan utama merupakan guru yang memiliki pengalaman langsung terkait fokus penelitian (Ximenes & Martins, 2024). Kriteria inklusi meliputi guru yang telah mengajar minimal satu tahun, aktif mengajar peserta didik berkebutuhan khusus, bersedia menjadi partisipan dengan menandatangani *informed consent*, serta berlatar belakang non-Pendidikan Luar Biasa (PLB). Adapun kriteria eksklusi meliputi guru yang sedang cuti panjang, masa kerja kurang dari satu tahun, tidak bersedia berpartisipasi, atau memiliki kendala komunikasi yang menghambat wawancara mendalam.

Penelitian mengkaji dua konsep utama, yaitu penilaian awal guru terhadap situasi mengajar sebagai cara guru memaknai pengalaman mengajar peserta didik berkebutuhan khusus, serta penilaian guru terhadap kemampuan diri dan dukungan yang dimiliki, yaitu penilaian terhadap kemampuan personal dan dukungan yang diterima dalam menjalankan tugas. Kedua konsep tersebut dieksplorasi melalui wawancara mendalam dan observasi.

Instrumen utama penelitian adalah peneliti, yang didukung oleh pedoman wawancara, lembar observasi tidak terstruktur, catatan lapangan, dan alat perekam. Pedoman wawancara disusun berdasarkan indikator faktor penyebab stres kerja, penilaian guru terhadap situasi mengajar, serta penilaian terhadap kemampuan diri dan dukungan yang diterima. Observasi dilakukan secara fleksibel sesuai kondisi lapangan untuk memperoleh data yang lebih komprehensif.

Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan triangulasi metode (Hermawan & Amirullah, 2016). Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari informan utama dan informan kunci, sedangkan triangulasi metode dilakukan dengan mengonfirmasi hasil wawancara melalui observasi dan dokumentasi sehingga diperoleh gambaran yang lebih objektif mengenai fenomena yang diteliti.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini berlangsung selama satu bulan dengan melakukan wawancara dan observasi non partisipan kepada informan. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data mencakup lembar observasi, panduan wawancara, serta perangkat perekam suara berupa *handphone*. Dalam mencapai tujuan penelitian yaitu untuk mendeskripsikan kondisi nyata di lapangan terkait stres kerja yang dialami oleh guru dalam proses pembelajaran peserta didik berkebutuhan khusus di SLB X, penelitian ini berlandaskan pada teori Model Transaksional *Stress* dan *Coping* dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman. Teori tersebut memahami stres sebagai sebuah hasil dari interaksi antara individu dengan tekanan lingkungannya, yang dipengaruhi oleh bagaimana individu melakukan penilaian secara kognitif. Hasil penelitian ini akan dibahas bagaimana faktor tersebut menjawab tujuan penelitian.

Penilaian Awal Terhadap Situasi Mengajar

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada 7 informan, sebagian besar informan mengungkapkan penilaian awal mereka terhadap situasi mengajar anak berkebutuhan khusus di SLB, yang meliputi pandangan terhadap tugas mengajar sehari-hari, situasi yang paling menantang, serta kondisi sulit yang pernah dihadapi selama proses mengajar yaitu:

- 1) Bagaimana Anda memandang tugas mengajar anak berkebutuhan khusus dalam keseharian Anda?

Jawaban:

"Ada pelajarannya bagi saya ya, ternyata dari... di dunia ini ada juga anak yang ternyata perlu extra kita harus... apa ya, harus kita ajarin benar-benar gitu, karena mereka itu punya kemampuan." (IU.1, 37 tahun, Guru)

"Pandangan saya, enjoy aja. Karena sudah terbiasa dengan kehidupan seperti ini." (IU.3, 54 tahun, Guru)

"Pertama pasti karena tanggung jawab saya, selain itu juga karena panggilan dari hati juga namanya kita, saya basicnya seorang guru." (IU.7, 29 tahun, Guru)

"Kalau guru-guru itu malah merasa tertantang, bukan beban. Karena dia tanggung jawab untuk mendidik anak-anak berkebutuhan khusus." (IK, 59 tahun, Kepala Sekolah)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam diperoleh hasil bahwa informan IU.1 menjawab tugas mengajar anak berkebutuhan khusus memberikan pelajaran tersendiri baginya, karena setiap anak memiliki kemampuan yang perlu dikembangkan secara sungguh-sungguh meskipun membutuhkan perhatian dan usaha ekstra. Informan IU.3 menjawab bahwa memandang tugas mengajar ABK dengan sikap menikmati dan tidak merasa terbebani, karena sudah terbiasa menjalani kehidupan dalam kondisi tersebut. Informan IU.7 menyatakan bahwa tugas mengajar anak berkebutuhan khusus dipandang sebagai tanggung jawab profesional sekaligus panggilan hati, karena pada dasarnya dirinya adalah seorang guru yang memiliki kewajiban untuk mendidik setiap anak. Hal ini diperkuat oleh informan IK yang menjelaskan bahwa guru-guru di SLB lebih memandang tugas mengajar anak berkebutuhan khusus sebagai tantangan dan tanggung jawab profesional, bukan sebagai beban dalam pekerjaan mereka.

2) Situasi apa dalam proses mengajar yang menurut Anda paling menantang atau memberatkan?

Jawaban:

"Nggak ada tertekan, Nggak sih... karena kita harus menganggap mereka ini kita sebagai orang tua mereka di sekolah gitu kan" (IU.2, 57 tahun, Guru)

"Sebenarnya semua kondisi itu menantang sebenarnya. Tapi yang menurut Saya paling menantang itu di anak-anak autis, karena mereka itu dengan tindakan yang beda-beda kan ya. Kadang-kadang mereka marah-marah, dan juga ada karakter anak itu dia nggak bisa dia dikasih tahu gitu. Dia merasa dia benar, terus dia maunya pendapat dia. Jadi itu kan tantangan kita sebagai guru." (IU.5, 28 tahun, Guru)

"Anak autis menantang banget sebenarnya karena berbeda-beda tingkatan anaknya ada yang ringan, ada yang susah, kalau yang susah ya mbak ya kayak semisal saya digigit, dijambak Itu... aduh... anaknya susah banget pastinya walaupun kita kasih tau tidak boleh gigit ibu, tidak boleh jambak ibu, tapi tetap aja dilakukan tapi nanti dia ngerasa diri anaknya ini bahagia gitu mba, menyakitin gurunya" (IU.6, 34 tahun, Guru)

"Situasi yang paling menantang jelas ketika ada anak yang tantrum nah... jadi kalau sudah ada anak yang tantrum.... ditambah lagi kelasnya itu panas.... ditambah lagi jam mengajarnya itu siang dah Itu berat banget kalau saya. Jadi situasinya sudah enggak kondusif, karena kalau sudah ada satu anak yang tantrum di kelas Itu bisa mempengaruhi temannya yang lain" (IU.7, 29 tahun, Guru)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam diperoleh hasil bahwa informan IU.5 menjawab situasi paling menantang adalah menghadapi anak autis yang memiliki karakter berbeda-beda, sulit dinasehati, dan merasa pendapatnya selalu benar sehingga menjadi tantangan tersendiri bagi guru. Sejalan dengan hal tersebut, informan IU.6 menjawab bahwa anak autis dengan tingkatan yang berat seperti menggigit dan menjambak guru menjadi situasi yang paling menantang karena perilaku tersebut terus berulang meskipun sudah dinasehati berkali-kali. Hal serupa dialami oleh informan IU.7 menjawab bahwa situasi paling menantang

adalah ketika ada anak tantrum di kelas karena kondisi tersebut langsung membuat suasana tidak kondusif dan dapat menyebar memengaruhi murid lainnya, terlebih jika terjadi saat jam mengajar siang hari di ruangan yang panas. Berbeda dengan informan IU.2 menjawab bahwa tidak merasakan tekanan apapun karena ia memposisikan dirinya sebagai orang tua bagi murid-muridnya di sekolah, sehingga apapun kondisi yang dihadapi tidak ia rasakan sebagai beban.

3) Apakah pernah ada kondisi mengajar yang Anda anggap sulit untuk dihadapi? Bagaimana perasaan Anda saat itu?

Jawaban:

"Kamil, anak autis, kalau temannya dimarahi langsung memukul saya. Kita harus sabar, harus ikhlas." (IU.1, 37 tahun, Guru)

"Karena di sini kan ada yang autis tiga. Campur... itu susahnyanya. Karena kekurangan guru di sini. Jadi Ya... karena sudah terbiasa saya harus ikhlas menjalaninya." (IU.3, 54 tahun, Guru)

"Kondisi sulit karena bukan basicnya PLB... setiap kesusahan ABK ada teknik mengajarnya masing-masing." (IU.5, 28 tahun, Guru)

"Komunikasi bagi guru-guru non-PLB itu kenapa stres dia mungkin kalau mengajar anak tunarungu. Dia akan mengalami kesulitan dalam berkomunikasi." (IK, 59 tahun, Kepala Sekolah)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam diperoleh hasil bahwa informan IU.1 menjawab kondisi sulit yang pernah dialaminya ketika murid autis tiba-tiba memukul saat temannya dimarahi, menghadapi situasi seperti itu ia hanya bisa bersabar dan ikhlas karena memang tidak ada pilihan lain selain menahan diri. Informan IU.3 menjawab bahwa harus menangani tiga anak autis sekaligus dalam satu kelas yang digabung akibat kekurangan guru, namun ia memilih untuk terus menjalaninya dengan ikhlas karena sudah terbiasa dengan kondisi tersebut. Sedangkan informan IU.5 menjawab bahwa ketidaksesuaian latar belakang pendidikan, karena bukan dari PLB dan setiap anak berkebutuhan khusus memiliki teknik mengajar yang berbeda-beda sehingga guru perlu menyesuaikan pendekatan untuk masing-masing anak. Hal ini diperkuat oleh informan IK yang menyatakan bahwa kondisi sulit dalam mengajar sering dialami oleh guru yang belum memiliki latar belakang pendidikan luar biasa (PLB), terutama ketika harus menyesuaikan cara komunikasi dan pembelajaran dengan kebutuhan khusus peserta didik.

Penilaian Kemampuan Diri dan Dukungan

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada 7 informan, sebagian besar informan merefleksikan kemampuan diri dalam menghadapi berbagai karakter peserta didik serta dukungan yang diperoleh dari lingkungan sekolah maupun rekan kerja, yang meliputi faktor ketahanan dalam menjalankan peran sebagai guru, penilaian kemampuan diri, sumber dukungan emosional, bentuk dukungan yang diterima, serta fasilitas yang perlu ditingkatkan yaitu:

a. Menurut Anda, faktor apa yang membantu Anda tetap bertahan dan menjalani peran sebagai guru hingga saat ini?

Jawaban:

"Mungkin kalau faktornya pengalaman, terus... Ibu juga punya anak kebutuhan khusus kan tunarungu juga jadi ibu sudah... Mengerti." (IU.2, 57 tahun, Guru)

"Ya, karena itu kewajibannya ya... yang namanya kita mengajar..." (IU.4, 48 tahun, Guru)

"Faktor utama yang bikin saya enjoy disini karena lingkungan kerja lingkungan kerjanya enak, teman-temannya semuanya disini sportif." (IU.7, 29 tahun, Guru)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam diperoleh hasil bahwa informan IU.2 menjawab salah satu faktor utama yaitu pengalaman pribadi memiliki anak berkebutuhan khusus, kondisi tersebut membuatnya lebih memahami dan lebih mampu berempati terhadap murid-muridnya. Sementara itu informan IU.4 menjawab bahwa faktor utama bertahan di SLB adalah kesadaran akan kewajiban profesi sebagai guru, di mana mengajar dipandang sebagai tanggung jawab yang harus dijalankan. Sedangkan IU.7 menjawab bahwa faktor utama yaitu kenyamanan lingkungan kerja dan dukungan rekan sejawat yang sportif yang menjadi ketahanannya dalam menjalankan tugas sehari-hari sebagai guru SLB.

b. Bagaimana Anda menilai kemampuan diri Anda dalam menghadapi berbagai karakter dan kebutuhan peserta didik?

Jawaban:

"Alhamdulillah, mulai sedikit bisa mengatur mereka, ada peningkatan dari semester 1 ke semester 2." (IU.1, 37 tahun, Guru)

"Dari kepala sekolah ada penelian, teman-teman juga, terus itu juga sering diskusi sama sekolah kan mungkin kalau ibu merasa ada kekurangan apa, ada teman-teman dan kan kita bisa share itu." (IU.2, 57 tahun, Guru)

"Banyak belajar juga sih, lihat sama teman-teman. Karena sudah terbiasa, kita sudah tahu karakter anaknya seperti ini, psikologis anaknya seperti ini. Akhirnya ya menyatu." (IU.4, 48 tahun, Guru)

"Dari evaluasi dan observasi di kelas, guru-guru sudah bisa menyesuaikan" (IK. 59 tahun, Kepala Sekolah)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam diperoleh hasil bahwa informan IU.1 menjawab kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai karakter dan kebutuhan peserta didik sudah mulai berkembang, yang ditandai dengan adanya peningkatan kemampuan dalam mengatur peserta didik dari semester pertama ke semester kedua. Informan IU.2 menjawab bahwa kemampuannya terus diasah melalui dukungan dari kepala sekolah berupa penilaian, diskusi rutin bersama rekan guru, serta keterbukaan untuk saling berbagi pengalaman dan masukan apabila terdapat kekurangan dalam proses mengajar. Informan IU.4 menjawab bahwa kemampuan dalam menghadapi berbagai karakter peserta didik diperoleh melalui proses belajar dari rekan sejawat dan pembiasaan, sehingga lama-kelamaan guru menjadi lebih memahami karakter dan kondisi psikologis masing-masing anak hingga terjalin kedekatan yang baik. Hal ini diperkuat oleh informan IK yang menegaskan bahwa melalui evaluasi dan observasi di kelas, para guru sudah mampu menyesuaikan diri dengan berbagai karakter dan kebutuhan peserta didik secara lebih baik.

c. Ketika mengalami tekanan atau kelelahan kerja, biasanya kepada siapa Anda berbagi cerita atau mencari dukungan?

Jawaban:

"Biasanya sih sesekali dari teman-teman sejawat, kalau Nggak ya dari keluarga. Kita cerita saling sharing." (IU.1, 37 tahun, guru)

"Kalau berbagi cerita ya lebih ke teman-teman aja sih. Teman-teman kerja gitu. Rekan-rekan guru kan, kita sering berkomunikasi." (IU.5, 28 tahun, Guru)

"Ada ada jadi kalau disini kebiasaannya nih kalau misalnya ada kejadian atau perilaku murid yang sekiranya diluar dugaan atau cukup memberatkan yaa setelah setelah kelas berakhir kita langsung cerita disini dan kadang cari solusi sama-sama juga... untuk melepas penat." (IU.7, 29 tahun, Guru)

"Setiap hari kamis di sini ada pembahasan, model diskusi kelompok belajar guru-guru. Sehingga akan sharing. Dari pengalaman-pengalaman guru yang lama." (IK, 59 tahun, Kepala Sekolah)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam diperoleh hasil bahwa informan IU.1 menjawab ketika mengalami tekanan atau kelelahan kerja, biasanya berbagi cerita dengan rekan sejawat maupun keluarga sebagai sumber dukungan utama. Informan IU.5 menjawab bahwa lebih cenderung berbagi cerita kepada rekan kerja sesama guru, karena kedekatan sehari-hari dengan rekan sejawat menjadikan mereka sebagai tempat berbagi yang paling mudah dijangkau. Informan IU.7 menjawab bahwa di lingkungan sekolah sudah terbentuk kebiasaan untuk saling berbagi cerita sesuai kelas berakhir, terutama ketika menghadapi kejadian atau perilaku peserta didik yang di luar dugaan dan cukup memberatkan, sehingga guru dapat bersama-sama mencari solusi sekaligus melepas penat. Hal ini diperkuat oleh informan IK menegaskan bahwa sekolah telah menyediakan wadah dukungan formal berupa diskusi kelompok belajar guru yang dilaksanakan setiap hari Kamis, di mana para guru dapat saling berbagi pengalaman, termasuk dari guru-guru yang lebih senior.

d. Dukungan seperti apa yang Anda peroleh dari pihak sekolah atau rekan kerja selama ini?

Jawaban:

"Mungkin dari fasilitasnya... alhamdulillah kalau dalam kelas lengkap... ada LCD juga, ke... rekan kerja.... waktu itu ibu ada kecelakaan kerja kan jadi ijin terus teman ibu yang bantuin." (IU.2, 57 tahun, Guru)

"Dukungannya kita saling sama-sama sharing. Kalau semisal anak kita seperti ini... anaknya teman berbeda... nanti teman yang ngasih tau mbak harusnya kayak gini nanti ngadapinya." (IU.6, 34 tahun, Guru)

"Alhamdulillah teman-teman disini terbuka... open begitukan misalnya ada yang saya tidak paham, saya sering bertanya ke teman-teman yang PLB, mereka welcome dan kadang juga sering bantuin saya." (IU.7, 29 tahun, Guru)

"Kebersamaan guru di sini tidak membedakan, baik dari segi pendidikan, baik non-PLB maupun PLB. Jadi dia kebersamaannya saling mengisi satu dengan lain." (IK, 59 tahun, Kepala Sekolah)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam diperoleh hasil bahwa informan IU.2 menjawab dua bentuk dukungan yang ia rasakan selama ini, yaitu dukungan fasilitas berupa kelengkapan peralatan kelas seperti LCD, serta dukungan dari rekan kerja yang secara langsung mengambil alih tugasnya ketika ia mengalami kecelakaan kerja dan harus izin. Informan IU.6 menjawab bahwa sesama guru saling berbagi cara dalam menghadapi murid ketika ia tidak tahu bagaimana menangani seorang anak, rekan kerja dengan sukarela memberikan arahan dan masukan. Sejalan dengan hal tersebut, Informan IU.7 menjawab bahwa keterbukaan rekan-rekan guru di sekolah, khususnya mereka yang berlatar belakang PLB, menjadi dukungan yang sangat berarti. Setiap kali ada hal yang tidak dipahami, tidak ada rasa segan untuk bertanya pada rekan kerja dan selalu disambut dengan baik serta dibantu dengan sepenuh hati. Hal ini diperkuat oleh informan IK yang menyatakan bahwa hubungan antar guru di sekolah terjalin dengan baik tanpa membedakan latar belakang pendidikan, sehingga tercipta suasana kerja yang saling mendukung dan membantu dalam menghadapi berbagai tantangan pembelajaran.

e. Menurut Anda, dukungan atau fasilitas apa perlu ditingkatkan agar pekerjaan mengajar terasa lebih ringan?

Jawaban:

"Mungkin... kayanya... terlalu banyak muridnya mungkin ya. Maksudnya karena kalau saya pribadi, yang saya pegang ini kan 8 orang. Ya, abisnya banyak tuh. Jadi kalau cuma sendiri aja, kalau pas masuk semua, kemudian tantrum semua. kerepotan." (IU.4, 48 tahun, Guru)

"Di sekolah disini lebihnya Media pembelajarannya... media pembelajarannya masih kurang mungkin ada tapi hanya terbatas." (IU.6, 34 tahun, Guru)

"Dukungan yang jelas fasilitasnya sarana-sarana mbak ya, yang pertama ketersediaan sarana-perasarana, yang kedua ketersediaan SDM, ketersediaan SDM juga Karena karena gurunya kurang." (IU.7, 29 tahun, Guru)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam diperoleh hasil bahwa informan IU.4 menjawab hal yang paling perlu ditingkatkan adalah penambahan tenaga pengajar, karena harus menangani delapan murid seorang diri, disituasi yang menjadi sangat kewalahan ketika seluruh murid masuk dan tantrum secara bersamaan. Informan IU.6 menjawab bahwa fasilitas yang ada di sekolah dinilai masih sangat terbatas sehingga menghambat proses pembelajaran yang lebih optimal. Hal serupa dijawab oleh IU.7 bahwa ada dua hal yang masih menjadi kekurangan di SLB, yaitu kurangnya sarana dan prasarana sekolah serta kekurangan guru, secara langsung berdampak pada beratnya beban yang harus ditanggung oleh setiap guru yang ada.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar guru memandang tugas mengajar anak berkebutuhan khusus (ABK) sebagai tanggung jawab profesional, panggilan hati, dan pengalaman yang bermakna meskipun menuntut perhatian serta usaha yang lebih besar. Guru cenderung memaknai tugas mengajar sebagai tantangan untuk mengembangkan potensi peserta didik, bukan sebagai beban kerja. Temuan ini sejalan dengan Herman et al. (2023) yang menyatakan bahwa *sense of calling* meningkatkan ketahanan psikologis guru pendidikan khusus. Matjeni dan de Jager (2025) juga menjelaskan bahwa identitas profesional yang kuat mendorong penggunaan *positive emotion-focused coping*, sedangkan Emeljanovas et al. (2023) menemukan bahwa kesehatan emosional yang baik membuat guru lebih mampu memandang tuntutan kerja secara positif. Dalam perspektif Lazarus dan Folkman (1984), kondisi tersebut menunjukkan *primary appraisal* yang mengarah pada *challenge appraisal* dan *benign-positive*, sehingga guru lebih adaptif dalam menghadapi tuntutan pembelajaran (Lazarus dan Folkman, 1984 dalam Spätaru et al., 2024).

Meskipun demikian, guru masih menghadapi berbagai tantangan, terutama saat menangani peserta didik autisme dengan perilaku agresif, sulit dikendalikan, atau mengalami tantrum yang mengganggu proses pembelajaran. Selain itu, guru juga mengalami kesulitan ketika harus menangani beberapa peserta didik sekaligus akibat keterbatasan tenaga pendidik maupun ketika belum memiliki latar belakang Pendidikan Luar Biasa (PLB). Dalam menghadapi kondisi tersebut, guru umumnya menerapkan strategi penerimaan, kesabaran, dan penyesuaian pendekatan pembelajaran. Temuan ini didukung oleh Ghifari et al. (2026), Nurhasanah (2023), Wiratmaja et al. (2025), Alfian et al. (2021), Kurnia dan Yoselisa (2023), serta Emeljanovas et al. (2023) yang menunjukkan bahwa perilaku peserta didik yang sulit dikendalikan merupakan sumber utama stres guru SLB, sedangkan kombinasi *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping* lebih efektif dalam menurunkan stres dan mencegah *burnout*. Sesuai teori Lazarus dan Folkman (1984), stres berulang tanpa strategi koping yang memadai dapat berkembang menjadi stres kronis dan menurunkan kesejahteraan psikologis guru (Lazarus dan Folkman, 1984 dalam Obbarius et al., 2021; Spätaru et al., 2024).

Kemampuan guru dalam menghadapi berbagai karakter peserta didik berkembang melalui pengalaman mengajar, proses belajar dari rekan sejawat, evaluasi kepala sekolah, serta

pembiasaan memahami karakteristik ABK. Pengalaman tersebut meningkatkan keyakinan guru dalam mengelola kelas dan menyesuaikan strategi pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan Petersson-Bloom dan Hansson (2025) yang menyatakan bahwa efikasi diri guru meningkat melalui pengalaman dan pelatihan profesional, serta berkorelasi dengan pengelolaan kelas yang lebih efektif dan tingkat *burnout* yang lebih rendah. Kurnia dan Yoselisa (2023) serta Fernanda dan Wardoyo (2026) juga menegaskan bahwa pembelajaran kolaboratif dan dukungan kepala sekolah mempercepat peningkatan kompetensi guru. Hal ini menunjukkan bahwa *secondary appraisal* bersifat dinamis, di mana bertambahnya pengalaman dan sumber daya membuat guru semakin yakin mampu menghadapi tuntutan pekerjaan (Lazarus dan Folkman, 1984 dalam Spătaru et al., 2024).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial menjadi sumber daya penting dalam membantu guru menghadapi tekanan kerja. Guru memperoleh dukungan melalui keluarga, rekan sejawat, forum diskusi rutin, serta bantuan langsung dalam pelaksanaan tugas maupun pemberian informasi dan masukan, khususnya dari guru yang berlatar belakang PLB. Temuan ini didukung oleh Matjeni dan de Jager (2025), Emeljanovas et al. (2023), Sitio dan Diponegoro (2023), Junker (2023), Herman et al. (2023), serta Cuevas et al. (2025) yang menyatakan bahwa kolaborasi, komunikasi terbuka, dan iklim kerja yang suportif mampu memperkuat strategi koping, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta menurunkan stres dan *burnout* guru. Dalam teori Lazarus dan Folkman (1984), dukungan sosial merupakan bagian dari *emotion-focused coping* sekaligus sumber daya eksternal yang memperkuat *secondary appraisal* dalam menghadapi stresor pekerjaan (Lazarus dan Folkman, 1984 dalam Obbarius et al., 2021; Spătaru et al., 2024).

Di sisi lain, keterbatasan tenaga pengajar dan sarana prasarana masih menjadi kendala utama dalam pembelajaran di SLB. Rasio guru dan peserta didik yang belum ideal menyebabkan beban kerja meningkat, terutama ketika guru harus menangani beberapa peserta didik dengan karakteristik yang beragam secara bersamaan. Kondisi tersebut diperparah oleh keterbatasan fasilitas yang menghambat optimalisasi proses pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan Chen (2024), Alfian et al. (2021), dan Eddy et al. (2024) yang menyatakan bahwa keterbatasan sumber daya manusia dan fasilitas merupakan stresor institusional yang meningkatkan risiko stres, kelelahan, dan *burnout* pada guru pendidikan khusus. Menurut Lazarus dan Folkman (1984), apabila sumber daya yang dimiliki tidak sebanding dengan tuntutan pekerjaan, strategi koping individu saja tidak cukup sehingga diperlukan intervensi pada tingkat organisasi melalui penambahan tenaga pendidik dan peningkatan sarana prasarana (Lazarus dan Folkman, 1984 dalam Obbarius et al., 2021).

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman, efikasi diri, dukungan sosial, dan lingkungan kerja yang suportif menjadi faktor utama yang membantu guru memaknai tuntutan mengajar ABK sebagai tantangan yang dapat dihadapi. Sebaliknya, keterbatasan sumber daya manusia dan fasilitas sekolah berpotensi meningkatkan beban kerja dan risiko stres apabila tidak diimbangi dengan dukungan organisasi yang memadai. Oleh karena itu, peningkatan kompetensi guru melalui pelatihan berkelanjutan, penguatan sistem dukungan di sekolah, penambahan tenaga pendidik, serta penyediaan sarana prasarana yang memadai menjadi strategi penting untuk memperkuat kesejahteraan psikologis guru sekaligus meningkatkan kualitas layanan pendidikan bagi peserta didik berkebutuhan khusus.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai stres kerja guru dalam mengajar peserta didik berkebutuhan khusus di SLB Negeri Samarinda dengan pendekatan fenomenologi, dapat

disimpulkan bahwa penilaian awal (*primary appraisal*) guru terhadap situasi mengajar menunjukkan tiga pola, yaitu memaknai tugas mengajar ABK sebagai tantangan dan panggilan hati, menilai perilaku agresif atau tantrum peserta didik autis sebagai situasi yang menantang atau ancaman sesuai persepsi masing-masing guru, serta memandang kondisi sulit seperti kekerasan fisik dari peserta didik dan ketidaksesuaian latar belakang pendidikan sebagai ancaman yang tetap dihadapi dengan sikap sabar dan ikhlas. Sementara itu, penilaian terhadap kemampuan diri dan dukungan yang dimiliki (*secondary appraisal*) menunjukkan bahwa ketahanan guru dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, kesadaran akan tanggung jawab profesional, serta lingkungan kerja yang suportif. Kemampuan guru berkembang secara bertahap melalui pengalaman mengajar, evaluasi, dan kolaborasi dengan kepala sekolah maupun rekan sejawat, sedangkan dukungan utama berasal dari keluarga, rekan kerja, dan forum diskusi guru yang diselenggarakan secara rutin oleh sekolah. Meskipun demikian, guru masih membutuhkan penambahan tenaga pendidik serta peningkatan sarana dan prasarana pembelajaran untuk mengurangi beban kerja dan mengoptimalkan proses pembelajaran bagi peserta didik berkebutuhan khusus.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, Darmayanti, & Aryanto. (2021). Gambaran Tingkat Stres Mengajar Pada Guru Sekolah Dasar Penyelenggara Pendidikan Inklusi di Kabupaten Buleleng. *Jurnal Penelitian Pendidikan Dan Pengajaran (JPPP)*, Vol. 4.
- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., & Wei, Y. (2022). Stress, Burnout, Anxiety and Depression among Teachers: A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Alexandro, R., Misnawati, & Wahidin. (2021). *Profesi Keguruan (Menjadi Guru Profesional)* (Anwarsani, Ed.). Gepedia.
- Alfian, A. R., Zahrah, R., Sari, P. N., & Azkha, N. (2021). Analisis Manajemen Stres Kerja Pada Pengajar Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri 1 Padang Tahun 2020. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(4), 275–282. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.4.275-282>
- Alvina, O., Hendriani, D., & Tonapa, E. (2024). Studi Fenomenologi Perilaku Merokok Pada Remaja Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Samarinda. *IKESMA*.
- Amalia, A. S., Wahyuni, S., & Luqmantoro. (2024). Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja pada SDN 019 di Kelurahan Marga Sari Kota Balikpapan. 10(2), 453–457. <https://doi.org/https://doi.org/10.36277/identifikasi.v10i2.423>
- Cuevas, A. G., Geonzon, K. M., Sabinorio, R., Palma Gil, C., & Huliganga, H. J. (2025). The Role of Peer Support in Helping SPED Teachers Cope with Emotional Demands and Prevent Burnout. *Psychology and Education: A Multidisciplinary Journal*, 40(9), 1176–1187. <https://doi.org/10.70838/pemj.400904>
- Damai, S. (2025). *Membangun Guru Profesional Melalui Kepemimpinan dan Motivasi* (N. Duniawati, Ed.). CV. Adanu Abimata.
- Eddy, C. L., Herman, K. C., & Reinke, W. M. (2024). Stress management programs for special education teachers. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 32(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/10634266241234917>
- Fathurrochman, I. (2020). *Perilaku dan Budaya Organisasi* (Abdul, Ed.). CV. Adanu Abimata.
- Fernanda, A. P., & Wardoyo, T. H. (2026). *JKIP : Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan Analysis Of*

- The Workload Of Non-PLB Teachers In Teaching Generation Alpha At SLB Negeri Ungaran Analisis Beban Kerja Guru Non-PLB Dalam Mengajar Generasi Alpha Di SLB Negeri Ungaran.* 7(2), 1051–1057.
<https://doi.org/https://doi.org/10.55583/jkip.v7i2.2133>
- Fu, W., Wang, L., He, X., Chen, H., & He, J. (2022). Subjective Well-being of Special Education Teachers in China: The Relation of Social Support and Self-Efficacy. *Frontiers in Psychology*, 13(February). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.802811>
- Ghifari, M. Al, Putri, R. E., & Hasri, S. (2026). *TOFEDU : The Future of Education Journal Teacher Work Stress Management from a Transactional Theory Perspective in Islamic Educational Institutions*. 5(1), 983–991.
- Ghozali, Z., Martini, R., Arifin, M. A., Masnani, Sutandi, S., Rinaldi, M., Saktisya Putra, & Anggraini, H. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Akuntansi* (Efitra, Ed.). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Gumilar, R. P. (2024). *Pengantar Ilmu Pendidikan* (Galih, Ed.). Uwais Inspirasi Indonesia.
- Hafiah, A., & Erwandi, D. (2022). *Gambaran Faktor Psikososial dan Distress pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Depok saat Pandemi COVID-19 Tahun 2022*. 3(2).
- Haikal, M. R., Darmiany, & Husniati. (2022). Problematika Guru dalam Mengajar Peserta Didik Berkebutuhan Khusus di SLB Azahra. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(2b), 6. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i2b.622>
- Kemenkes. (2021). *Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia*. 07 October 2021. <https://kemkes.go.id/id/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia>
- Khairina, D., Ita Zahara, C., & Maszura, L. (2023). Hubungan antara Kesabaran dengan Stres Kerja pada Guru SLB di Kota Lhokseumawe dan Aceh Utara. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 21–30. <https://doi.org/10.2910/insight.v3i1.18146>
- Kurnia, A., Rosangela, M., Z, S. P. R., & Ahmad, M. A. (2024). Managing Stress for Special School Teachers in Assisting Children with Special Needs. *Darussalam: Journal of Psychology and Educational*, 3(1), 9–20. <https://doi.org/10.70363/djpe.v3i1.19>
- Kurnia, A., & Yoselisa, D. (2023). Manajemen coping stress guru Sekolah Luar Biasa dalam membimbing anak berkebutuhan khusus. *Batanang: Jurnal Psikologi*, 2(1), 40–53. <https://doi.org/https://doi.org/10.31958/jps.v2i1.9454>
- Kusmawan, D., Izhar, D., Aswin, B., Reskiaddin, L. O., & P, S. M. (2024). *Buku Ajar Dasar Kesejahteraan dan Kesehatan Kerja (K3)* (Z. A. Sari, Ed.). CV Budi Utama.
- Lam, S. M. I., Kuok, A. C. H., & Sze, T. M. (2023). Self-efficacy, stress and job satisfaction among pre-service, novice and experienced English teachers: A study of their occupational health. *Health Psychology Report*, 11(2), 108–123. <https://doi.org/10.5114/hpr.2022.115768>
- Maqsood, A., Gul, S., Noureen, N., & Yaswi, A. (2024). Dynamics of Perceived Stress, Stress Appraisal, and Coping Strategies in an Evolving Educational Landscape. *Behavioral Sciences*, 14(7). <https://doi.org/10.3390/bs14070532>
- Matjeni, M., & de Jager, S. (2025). Cultivating special education teacher well-being: Nurturing connection in professional learning communities. *African Journal of Disability*, 14, 1–6. <https://doi.org/10.4102/ajod.v14i0.1547>
- Nirmala, A. P., & Hikmah, F. (2022). Hubungan Stres Kerja Dan Beban Kerja Dengan Kecerdasan Emosi Guru Slb Di Kabupaten Batang. *Koloni*, 1(4), 657–663. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/koloni.v1i4.385>
- Nornadia, Atsnan, M. F., Ony, R. J., Hamidah, W., Raudah, Muslihah, Badilah, Muhamad Sabirin, & Gazali, R. Y. (2024). Peran Guru Dalam Memaksimalkan Potensi Siswa

- Tunagrahita Pada Pembelajaran Matematika Di Slb Negeri Kota Banjarbaru. *Differential: Journal on Mathematics Education*, 2(1), 43–53. <https://doi.org/10.32502/differential.v2i1.166>
- Nurhaliza, N. S., Dewi, R., & Iramadhani, D. (2023). Regulasi Emosi Pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) Non-Pendidikan Luar Biasa (Non-PLB). *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 37–44. <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/jpt/index>
- Nurhasanah, N. (2023). *Regulasi Emosi Pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Fenomenologi Sekolah Luar Biasa X)*. 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.36420/dawa>
- Nuryati, N. (2022). *Pendidikan bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. UNISA Press.
- Nurzanna, Dongoran, R. A., & Safitri, R. (2024). *Profesi Kependidikan* (M. Nasrudin, Ed.). PT Nasya Expanding Management.
- Obbarius, N., Fischer, F., Liegl, G., Obbarius, A., & Rose, M. (2021). A Modified Version of the Transactional Stress Concept According to Lazarus and Folkman Was Confirmed in a Psychosomatic Inpatient Sample. *Frontiers in Psychology*, 12(March), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.584333>
- OECD. (2020). *TALIS 2018 Results (Volume II): Teachers and School Leaders as Valued Professionals*. OECD Publishing, Paris. https://www.oecd.org/en/publications/talis-2018-results-volume-ii_19cf08df-en/full-report/component-3.html#exsul
- Rosmayati, S., Latifah, E. D., & Maulana, A. (2020). *Psikologi Pendidikan (Landasan untuk pengembangan Strategi Pembelajaran)* (A. A. R, Ed.). Widina Bhakti Persada Bandung.
- Saleh, L. M., Russeng, S. S., & Tadjuddin, I. (2020). *Manajemen Stres Kerja (Sebuah Kajian Keselamatan dan Kesehatan Kerja dari Aspek Psikologi pada ATC)* (N. M. Syafitri, Ed.). CV Budi Utama.
- Sari, M. P., Rahayu, E. P., & Ardyanti, D. (2023). *Perilaku Pencegahan Demam Berdarah Pada Masyarakat Kelurahan Jawa Tahun 2023 (Studi Kasus Wilayah Kerja Puskesmas Pasundan)*.
- Tsubono, K., Oba, K., Fudetani, Y., Ikeda, C., & Sakamoto, J. (2024). Multidimensional analysis of schoolteachers' occupational stress by the New Brief Job Stress Questionnaire: focusing on gender differences. *Industrial Health*, 62(1), 39–55. <https://doi.org/10.2486/indhealth.2023-0018>
- Wujarso, R. (2024). *Buku Ajra Perilaku Organisasi: Memahami Perilaku Individu, Kelompok, dan Organisasi* (A. Ismail & A. Pranadani, Eds.). Asadel Liamsindo Teknologi.
- Ximenes, L., & Martins, L. V. (2024). *Teori dan Aplikasi Dalam Pengumpulan Data Kesehatan* (L. Ximenes & L. V. Martins, Eds.). CV. Intelektual Manifes Media.
- Yuwenda, S. L. P., & Heryanda, K. K. (2022). Peran Motivasi Kerja Memediasi Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Guru Slb Negeri 1 Buleleng. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, 4(1), 24–32.
- Zuhdi SH, & Harsiwi NE. (2024). Tantangan Dalam Mendidik Anak Berkebutuhan Khusus di SLB PGRI 01 Kamal. *Pengertian: Jurnal Pendidikan Indonesia (PJPI)*, 2(2), 225–232. <https://doi.org/https://doi.org/10.61930/pjpi.v2i2.655>