



# Hardiness sebagai prediktor kebahagiaan pada mahasiswa olahragawan di Universitas Negeri Malang

Ersa Septi Erianti, Nur Eva\*, Pravissi Shanti

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: nur.eva.fppi@um.ac.id

## Abstract

This study aims to determine the correlation between emotion regulation with teaching motivation for special needs teachers at Malang. This research uses quantitative approach with descriptive and correlational design. Special needs teachers involved are 70 people. The study population was 138 with a sample size of 30 or 22% of the total population. The sampling technique used is simple random sampling. The research instrument is a likert scale of emotional regulation with validity coefficient value from 0.321 to 0.673 and reliability coefficient of 0.902 and likert motivation scale of teaching with validity coefficient of moving from 0.310 to 0.763 and reliability coefficient of 0.935. The results showed that special needs teachers in Malang have a high emotional regulation of 53% and also a high motivation to teach of 51%. There is a positive relationship between emotional regulation and motivation to teach, the correlation rate of  $r = 0.450$ , significance 0.000 and  $p < 0.05$ . While the effective contribution of emotion regulation on teaching motivation is 20.3%, it means that there are 79,7% other variables that can influence teaching motivation besides emotion regulation.

**Keywords:** emotional regulation; teaching motivation; special needs teachers

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan motivasi mengajar pada guru sekolah luar biasa di kota Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan deskriptif dan korelasional. Guru sekolah luar biasa yang terlibat sebanyak 70 orang. Populasi penelitian sebanyak 138 dengan jumlah sampel 30 atau 22% dari jumlah populasi. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Instrumen penelitian berupa skala likert regulasi emosi dengan nilai koefisien validitas bergerak dari 0,321 sampai dengan 0,673 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,902 kemudian skala likert motivasi mengajar dengan nilai koefisien validitas bergerak dari 0,310 sampai dengan 0,763 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,935. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru sekolah luar biasa di kota Malang memiliki regulasi emosi yang tinggi yakni 53% dan juga motivasi mengajar yang tinggi yakni 51%. Terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan motivasi mengajar, angka korelasi sebesar  $r = 0,450$ , signifikansi 0,000 dan  $p < 0,05$ . Sedangkan sumbangan efektif regulasi emosi pada motivasi mengajar sebesar 20,3%, artinya terdapat 79,7% variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi mengajar selain regulasi emosi.

**Kata kunci:** regulasi emosi; motivasi mengajar; guru sekolah luar biasa

## 1. Pendahuluan

Guru merupakan profesi yang dianggap mulia, mereka mengabdikan diri untuk mencerdaskan anak bangsa agar dapat menjadi generasi penerus yang berkualitas. Kenyataannya mewujudkan hal tersebut tidaklah mudah. Motivasi memiliki peran penting dalam setiap usaha yang dilakukan manusia. Bagi seorang guru, motivasi mengajar merupakan dorongan yang mengarahkan mereka untuk mengajar. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi mengajar, salah satunya adalah regulasi emosi. Hal ini disebabkan karena emosi merupakan perasaan yang kuat dan meluap-luap, sehingga membutuhkan

penyaluran yakni dengan cara mengungkapkannya. Diharapkan dengan regulasi emosi yang baik, motivasinya dalam mengajar pun tinggi. Beberapa sekolah yang peneliti kunjungi mengeluhkan masih adanya guru sekolah luar biasa yang memiliki motivasi mengajar yang rendah, dan kurang baiknya penanganan guru terhadap murid akibat regulasi emosi yang buruk.

Pekerjaan sebagai guru sekolah luar biasa memiliki tantangannya tersendiri, karena mengajar anak berkebutuhan khusus tentunya membutuhkan regulasi emosi yang lebih baik daripada guru di sekolah pada umumnya. Mengingat bahwa masing-masing anak didik memiliki kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, maupun keadaan fisik yang berbeda. Mereka yang memiliki hambatan dalam hal tersebut membutuhkan perhatian yang berbeda. Anak berkebutuhan khusus (ABK) yaitu anak-anak yang membutuhkan perhatian lebih daripada anak didik pada umumnya. Gearheart (dalam Eva, 2015) mendefinisikan anak berkebutuhan khusus sebagai anak cara belajarnya memerlukan pelayanan, materi, program, dan fasilitas khusus, serta memiliki persyaratan pendidikan berbeda dengan anak normal.

Sistem Pendidikan Nasional diatur dalam Undang Undang Dasar 1945 pasal 31 ayat 1 dan Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 menyatakan bahwa negara akan memberikan jaminan sepenuhnya kepada anak berkebutuhan khusus untuk memperoleh layanan pendidikan yang bermutu (Depdiknas, 2007). Anak berkebutuhan khusus juga memerlukan pendidikan yang bermutu. Terdapat tiga macam lembaga dalam pendidikan untuk anak berkebutuhan khusus di Indonesia yaitu sekolah yang menampung murid dengan jenis kelainan yang sama, sekolah yang menerima berbagai jenis dari anak berkebutuhan khusus, dan sekolah reguler yang menerima anak berkebutuhan khusus dengan kegiatan belajar mengajar (KBM), guru, kurikulum, sarana pengajaran yang sama dengan anak normal.

Anak berkebutuhan khusus tentunya membutuhkan guru sekolah luar biasa yang dapat bertanggung jawab untuk menangani mereka. Berdasarkan ketentuan dari PP RI No. 72 tahun 1991, "Tenaga kependidikan pada satuan pendidikan luar biasa merupakan tenaga kependidikan yang memiliki kualifikasi khusus sebagai guru pada satuan pendidikan luar biasa". Seperti yang telah dikatakan sebelumnya, hanya guru dengan kualifikasi khusus yang dapat mengajar anak berkebutuhan khusus. Pada umumnya mereka perlu menempuh pendidikan luar biasa (PLB) untuk menjadi seorang guru SLB, atau dapat juga dengan mengikuti pelatihan khusus yang membekali kemampuan tertentu untuk menghadapi anak berkebutuhan khusus.

Ada banyak hal yang dapat mempengaruhi performa mengajar, menurut faktor- faktor yang mempengaruhi motivasi mengajar dari tokoh Ardana, dkk (2008) dan Herzberg (dalam Munandar, 2006) salah satunya adalah kemampuan regulasi dalam mengatur emosi atau suasana hati. Regulasi emosi menurut Gottman dan Katz (1989) merupakan kemampuan yang digunakan untuk mengatur perilaku yang kurang dapat diterima masyarakat, sebagai akibat atas kuatnya emosi negatif atau positif yang dirasakan oleh individu, sehingga individu dapat menenangkan diri dari pengaruh psikologis yang timbul dari emosi, dan individu mampu memusatkan perhatian kembali serta mengorganisir dirinya untuk mengatur perilaku yang tepat guna mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi yang baik adalah suatu emosi yang dapat dikendalikan secara tepat dengan cara yang dianggap baik oleh masyarakat.

Regulasi emosi pada guru sekolah luar biasa sangatlah penting untuk diperhatikan. Karena tidak menutup kemungkinan bagi mereka untuk kehilangan kesabaran ketika

melakukan kegiatan mengajar di kelas. Meskipun guru sekolah luar biasa telah dibekali kemampuan untuk menangani anak berkebutuhan khusus, mereka tetaplah manusia yang memiliki batas kesabaran. Cole, Martin & Dennis (2004) menjelaskan bahwa terdapat dua jenis fenomena pengaturan, yaitu emosi sebagai pengatur dan emosi yang diatur. Emosi sebagai pengatur berarti bahwa ada perubahan yang tampak sebagai hasil dari jenis emosi yang aktif. Sedangkan emosi yang telah diatur adalah emosi yang berkaitan dengan perubahan pada jenis emosi yang aktif. Emosi sebagai pengatur misalnya seseorang marah maka akan langsung terlihat melalui ekspresi bahasa tubuh, maupun perilakunya. Sedangkan emosi yang diatur misalnya seseorang marah maka ia akan mengatur emosi tersebut bisa dengan berbagai cara seperti mengeliminasi, meminimalisir, menukar, meningkatkan, atau mengalihkan kemarahannya. Sehingga regulasi emosi adalah sebuah kemampuan yang dimiliki oleh individu guna mengatur emosi dari berbagai emosi positif maupun negatif yang dirasakan, agar individu mampu memantau emosi, mengubah emosi dan mengevaluasi emosi.

Ketika seorang guru sekolah luar biasa memiliki regulasi emosi yang baik, diharapkan tumbuh motivasi yang lebih besar untuk mengajar. Printich & Schunk (dalam Wahyuni, 2010) mengemukakan bahwa motivasi adalah kata dari bahasa Latin yaitu "moveers" atau menggerakkan, kemudian kata motivasi diartikan sebagai sebuah usaha untuk menggerakkan. Sehingga motivasi dapat diartikan sebagai sebuah proses yang terjadi di dalam diri individu yang berguna untuk menggerakkan individu untuk beraktivitas dalam mencapai tujuan yang perlu didorong dan dijaga. Sedangkan mengajar menurut Moore (2001) adalah tindakan oleh individu dalam membantu orang lain untuk mencapai kemajuan dalam berbagai aspek dengan seoptimal mungkin sesuai potensi yang dimilikinya. Dari kedua pengertian di atas maka motivasi mengajar adalah suatu dorongan yang mengarahkan seorang guru untuk mengajar, yakni membimbing dan mendorong peserta didik mencapai kemajuan dalam berbagai aspek seoptimal mungkin sesuai dengan potensinya.

Bagi orang-orang yang berkecimpung di bidang pendidikan, dirasa penting untuk memahami regulasi emosi dan motivasi mengajar. Regulasi emosi yang baik membuat individu dapat mengontrol intensitas emosi yang dialaminya agar tidak meluap-luap sehingga tetap tampil secara profesional di depan anak didik. Motivasi mengajar juga penting, ketika guru termotivasi dalam menjalani pekerjaannya, diharapkan ia dapat menampilkan performa mengajar yang baik dan berkualitas.

Emosi dan motivasi adalah dua hal yang sering dibahas secara bersamaan, karena keduanya memang memiliki kaitan yang erat. S.S. Tomkins (dalam Hasanah, Suharso, & Saraswati, 2015) mengemukakan bahwa emosi merupakan energi bagi dorongan-dorongan yang selalu muncul bersama. Misalnya ada seorang anak didik yang kesulitan memahami pelajaran di kelas meskipun sudah berulang kali diterangkan, seorang guru sekolah luar biasa dapat merasakan emosi negatif seperti marah, namun karena ia memiliki regulasi emosi yang baik maka emosi tersebut dapat dikendalikan dan membuatnya berkeinginan atau terdorong untuk mengajarkan materi yang belum dikuasai oleh anak didik tersebut hingga bisa. Jadi dapat dikatakan bahwa emosi yang dirasakan akan memberikan tambahan energi pada motivasi tingkah laku.

Penelitian terdahulu membahas hal serupa, Haq (2015) dengan judul Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pemain Basket di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara

regulasi emosi dengan motivasi berprestasi, yang artinya jika semakin tinggi regulasi emosi, maka akan semakin tinggi pula motivasi berprestasi. Penelitian lain dilakukan Wijiyanti (2015) berjudul Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Motivasi Kerja Pada Perawat, juga menghasilkan adanya hubungan yang positif antara regulasi emosi dan motivasi kerja. Penelitian lain juga dilakukan Wahyuni (2013) berjudul Hubungan Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa SMK Negeri 1 Samarinda, juga menghasilkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dedikasi diri dan relasi emosi dengan motivasi berprestasi. Terlihat bahwa emosi dan motivasi memang memiliki kaitan yang erat.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti kemudian merasa tertarik untuk melihat adakah hubungan antara regulasi emosi dengan motivasi mengajar, serta apakah teori yang mengatakan bahwa emosi dan motivasi itu saling mempengaruhi juga berlaku pada regulasi emosi dan motivasi mengajar. Sehingga peneliti mengangkat judul “Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Motivasi Mengajar Pada Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Malang”.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan deskriptif dan korelasional. Guru sekolah luar biasa yang terlibat sebanyak 70 orang. Populasi penelitian sebanyak 138 dengan jumlah sampel 30 atau 22% dari jumlah populasi. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Instrumen penelitian berupa skala likert regulasi emosi dengan nilai koefisien validitas bergerak dari 0,321 sampai dengan 0,673 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,902 kemudian skala likert motivasi mengajar dengan nilai koefisien validitas bergerak dari 0,310 sampai dengan 0,763 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,935. Jumlah aitem valid maupun tidak valid, dan reliabilitas dari kedua skala yang digunakan dalam penelitian dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini.

**Tabel 1: Keterangan Skala Regulasi Emosi dan Motivasi Mengajar**

Variabel	Jumlah item	Gugur	Valid	Reliabilitas
Regulasi Emosi	70	28	42	0.902
Motivasi Mengajar	60	24	36	0.935

## 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru sekolah luar biasa di kota Malang memiliki regulasi emosi yang tinggi yakni 53% dan juga motivasi mengajar yang tinggi yakni 51%. Terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan motivasi mengajar, angka korelasi sebesar  $r = 0,450$ , signifikansi 0,000 dan  $p < 0,05$ . Sedangkan sumbangan efektif regulasi emosi pada motivasi mengajar sebesar 20,3%, artinya terdapat 79,7% variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi mengajar selain regulasi emosi.

### 3.1. Regulasi Emosi pada Guru Sekolah Luar Biasa

Analisis pada skala regulasi emosi yang diberikan kepada 70 guru sekolah luar biasa di kota Malang, menunjukkan bahwa secara umum regulasi emosinya adalah tinggi. Sebanyak 37 subjek masuk dalam kategori tinggi, dan 33 subjek masuk dalam kategori rendah. Dapat dilihat bahwa sekitar 47% masih memiliki regulasi emosi yang rendah.

Hal ini disebabkan oleh beberapa dari mereka yang cenderung memarahi siswa terlebih dahulu sebelum memikirkan konsekuensinya. Ditunjukkan pada nomor 2 skala regulasi emosi, aspek memonitor emosi, di indikator menyadari dan memahami pikiran. Jawaban “sering” dan “kadang-kadang” banyak ditemukan. Kemudian ada yang sulit berpikir jernih saat sedang marah akibat ketidakmampuan siswa dalam belajar.

Ditunjukkan pada soal nomor 20, aspek mengevaluasi emosi, di indikator pengelolaan emosi. Sama seperti sebelumnya, jawaban “sering” dan “kadang-kadang” banyak ditemukan. Selanjutnya ada beberapa guru yang menjawab “selalu” pada nomor 26, aspek modifikasi emosi, di indikator kemampuan motivasi diri, yang menyatakan bahwa cenderung mengalami kesulitan dalam menyemangati diri sendiri saat siswa tidak menunjukkan adanya perkembangan akademik yang signifikan.

Menurut Maider (dalam Coon, 2005), usia merupakan faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi, dikatakan bahwa bertambahnya usia seseorang dihubungkan dengan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi, semakin tinggi usia seseorang semakin baik kemampuan regulasi emosinya. Selama penelitian, peneliti memperhatikan bahwa memang masih banyak guru sekolah luar biasa yang umurnya masih muda terutama untuk guru non pegawai negeri sipil. Peneliti melakukan wawancara kepada kepala sekolah serta beberapa guru untuk mendapatkan informasi tambahan. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa terdapat guru bukan pegawai negeri sipil yang juga ikut serta dalam proses belajar mengajar. Mereka merupakan orang yang telah dibina dari pihak sekolah untuk mendapatkan kemampuan tertentu agar mampu mengajar anak berkebutuhan khusus. Hal ini dilakukan karena guru pegawai negeri sipil berlatar belakang pendidikan luar biasa masih dirasa kurang jumlahnya.

Guru bukan pegawai negeri sipil ini dalam dunia pendidikan hampir mirip dengan Guru Pembimbing Khusus atau yang biasa disebut dengan GPK. GPK adalah guru yang memiliki latar belakang pendidikan khusus atau pendidikan luar biasa atau yang pernah mendapat pelatihan tentang pendidikan khusus atau luar biasa, yang ditugaskan di sekolah inklusif (Depdiknas, 2007). Biasanya GPK ditampung dalam sebuah lembaga yang kemudian jasanya dapat disewa untuk mendampingi anak berkebutuhan khusus ketika sedang belajar di sekolah reguler. Namun, berbeda dengan GPK, guru non-PNS ini mengajar di sekolah luar biasa. Tugasnya tetap sama yakni membantu guru utama di dalam kelas agar kegiatan mengajar dapat berjalan dengan lancar. Peneliti mengikutsertakan guru bukan pegawai negeri sipil sebagai subjek penelitian. Karena meskipun bukan PNS, nama mereka tetap tercantum di dalam Data Lembaga Penyelenggaraan Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus Kota Malang Tahun 2017.

Faktor lain yang mempengaruhi regulasi emosi adalah jenis kelamin, mayoritas guru sekolah luar biasa berjenis kelamin perempuan. Pada penelitian ini terdapat 59 subjek perempuan dan hanya 11 subjek laki-laki. Dikatakan bahwa wanita lebih mampu untuk melakukan regulasi terhadap emosi bangga dan marah, sedangkan laki-laki lebih kepada emosi takut, sedih dan cemas (Fischer dalam Coon, 2005). Sebagai contoh pada nomor 26, kesulitan menyemangati diri akibat memikirkan siswa yang tidak menunjukkan adanya perkembangan akademik, rata-rata yang menjawab “selalu” berjenis kelamin perempuan, menurut teori memang laki-laki lebih baik dalam melakukan regulasi emosi terhadap emosi sedih dan cemas.

Peneliti kemudian mewawancarai beberapa guru pegawai negeri sipil dan guru yang bukan pegawai negeri sipil tersebut. Secara umum peneliti menemukan informasi yang serupa,

seperti saat menghadapi murid nakal. Mereka akui memang terkadang tidak mudah untuk mengontrol emosi ketika ada murid berbuat nakal yang tidak memahami bahwa mereka sedang melakukan perbuatan yang salah. Beberapa murid dengan gangguan tertentu tidak dapat mengerti mengapa perbuatannya dapat membuat orang lain menjadi marah. Ketidaktahuan itu membuat murid tersebut sama sekali tidak merasa bersalah, sehingga berujung dengan mengulangi perbuatannya lagi.

Contohnya, ada salah satu murid yang diceritakan subjek, murid ini menderita gangguan retardasi mental, oleh sebab itu ketika diberi nasihat sulit untuk dimengerti. Murid ini memiliki kebiasaan jahil menyentuh dada guru perempuan saat di kelas. Sudah sering sekali para guru menasihatinya, namun hingga saat ini dia belum berubah, sehingga ketika ada guru baru yang mengajar, guru senior akan memperingatkan mengenai kondisi murid tersebut. Selama beberapa hari guru baru mengajar, guru senior juga akan memisahkan murid tersebut untuk diajar oleh guru lama saja. Karena belum tentu perlakuan guru baru dapat sesuai dengan kondisi murid tersebut. Mengingat bahwa memarahi ABK tidak dapat mengubah apapun. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, jika anak yang dimarahi tidak memahami letak kesalahan yang dia perbuat maka memarahinya justru hanya akan membuat guru tersebut merasa lelah.

Memodifikasi perilaku pada ABK memang bukanlah perkara mudah, teknik pengabaian untuk menimbulkan efek jera terkadang tidak efektif, sehingga biasanya mereka beralih pada teknik behavioristik, seperti memperbolehkan anak makan ketika perilaku tertentu sudah dilakukan. Contohnya anak boleh istirahat saat selesai menjawab soal, perlakuan seperti ini dilakukan hanya untuk mendorong murid agar tergerak untuk mengerjakan. Tentunya ABK ini tetap dibimbing oleh guru, sehingga tidak perlu khawatir jika ABK tidak mampu melakukannya seorang diri. Dapat dilihat betapa pentingnya peran regulasi emosi yang baik bagi seorang pendidik.

Regulasi emosi merupakan sebuah proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi, khususnya reaksi emosi yang intensif dan menetap dalam mencapai suatu tujuan (Thompson, 1994).

Seorang guru diharapkan dapat mendidik muridnya dengan baik, mendidik dalam hal akademik maupun non-akademik. Pekerjaan ini tidak mudah, menjelaskan materi sebanyak satu kali belum tentu dapat langsung dipahami, sering kali murid pun susah untuk diatur dan terkadang perilaku mereka tidak sesuai. Mengingat tantangan tersebut, seorang guru membutuhkan peran regulasi emosi yang baik. Khususnya regulasi emosi untuk guru sekolah luar biasa, karena berhadapan dengan anak berkebutuhan khusus membutuhkan kesabaran yang lebih. Anak berkebutuhan khusus berbeda dengan murid pada umumnya, keterbatasan mereka dalam belajar menuntut guru untuk lebih telaten dalam menangani berbagai macam hambatan yang mereka miliki.

Regulasi emosi menurut Thompson (1994) ini terdiri dari 3 aspek, yaitu memonitor emosi, memodifikasi emosi, dan mengevaluasi emosi. Aspek pertama adalah memonitor emosi, maksudnya adalah kemampuan guru dalam membuat keputusan mengenai cara apa yang akan digunakan untuk menghadapi emosi, pikiran dan tindakannya. Aspek kedua adalah memodifikasi emosi, menyangkut kemampuan guru untuk melakukan perubahan emosi ke arah yang lebih baik, terutama terhadap pengaruh negatif yang masuk untuk diubah menjadi dorongan dalam diri untuk menjadi ke arah yang positif. Aspek ketiga adalah mengevaluasi

emosi, merupakan kemampuan guru dalam mengelola dan menyeimbangkan emosi-emosi sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Regulasi emosi yang baik bagi guru sekolah luar biasa sangatlah penting, terlebih karena dapat mempengaruhi motivasi mengajar mereka di dalam kelas.

### **3.2. Motivasi Mengajar pada Guru Sekolah Luar Biasa**

Analisis pada skala motivasi mengajar yang diberikan kepada 70 guru sekolah luar biasa di kota Malang, menunjukkan bahwa motivasi mengajarnya adalah tinggi. Sebanyak 36 subjek memiliki motivasi mengajar yang tinggi, dan 34 subjek memiliki motivasi mengajar yang rendah. Dapat dilihat bahwa sekitar 49% masih memiliki motivasi mengajar yang rendah.

Hal ini disebabkan oleh beberapa dari mereka cenderung tidak menyampaikan materi hingga semua siswa mengerti. Ditunjukkan pada nomor 1 skala motivasi mengajar, aspek membimbing, di indikator menyampaikan materi pelajaran. Jawaban “sering” dan “kadang-kadang” banyak ditemukan. Hal ini diakibatkan karena kurangnya guru di dalam kelas, bukan hal yang mudah untuk mengajar hingga semua murid mengerti apa yang mereka terangkan. Meskipun begitu banyak dari mereka yang sejak awal memang memiliki minat untuk mengajar di sekolah luar biasa. Menurut faktor dari teori Ardana dan Herzberg, yang mempengaruhi motivasi mengajar salah satunya adalah minat pada bidang mengajar. Peneliti kemudian mewawancarai beberapa guru untuk mendapatkan informasi tambahan. Melalui hasil wawancara diketahui bahwa mayoritas subjek sejak awal sudah memiliki niat untuk menjadi guru sekolah luar biasa, sehingga tidak ada rasa penyesalan terhadap pilihan profesi mereka saat ini. Mereka justru merasa bersyukur bisa menjalaninya hingga sekarang, membantu anak berkebutuhan khusus dalam menimba ilmu sekaligus membimbing mereka agar mandiri. Karena adanya minat inilah, sehingga motivasi mengajarnya bisa mencapai 51% dalam kategori tinggi.

Mayoritas subjek juga mengatakan kalau sebenarnya murid-murid di kelas mereka memiliki hambatan yang tergolong mudah untuk ditangani. Mengingat bahwa pihak sekolah sebelumnya memiliki serangkaian tes seleksi masuk untuk para calon peserta didik baru, dengan kata lain hanya anak berkebutuhan khusus dengan kriteria tertentu yang akan diterima oleh sekolah, sehingga membimbing mereka tidaklah sesulit yang dibayangkan. Seleksi bagi calon siswa baru juga dilakukan untuk menentukan anggota murid di dalam kelas, agar guru yang menanganinya tidak kewalahan dan dapat membimbing lebih mudah. Faktor lain yang mempengaruhi motivasi mengajar menurut Ardana dan Herzberg adalah kebijakan sekolah. Dapat dilihat bahwa kebijakan sekolah yang mengadakan tes seleksi kepada calon muridnya merupakan upaya agar memudahkan guru dalam mendidik murid tersebut.

Selain itu Ardana dan Herzberg juga mengemukakan bahwa hubungan antar sesama di sekolah merupakan faktor yang mempengaruhi motivasi mengajar. Bukan hanya pihak sekolah, namun pihak Dinas Pendidikan sekolah luar biasa sudah mencoba untuk mendekatkan hubungan antar sesama guru sekolah luar biasa. Jadi terdapat acara rutin yang kerap diadakan oleh Dinas Pendidikan untuk pelatihan yang kedepannya akan sangat berguna selama kegiatan mengajar di kelas. Kegiatan pelatihan itu dihadiri oleh para kepala sekolah dari berbagai tempat, dengan harapan mereka dapat menyampaikan materi yang telah didapatkan kepada rekan kerja sesama guru di sekolah sekaligus saling mengenal satu sama lain. Pihak sekolah sendiri juga mengadakan acara serupa, namun dinamai dengan acara halal-

bihalal. Di sana mereka berkesempatan untuk saling berdiskusi maupun sekedar membagi pengalaman. Kegiatan itu diharapkan dapat mengeratkan hubungan antar sesama guru agar mereka betah berada di lingkungan sekolah, sehingga dapat menggerakkan mereka untuk dapat mengajar dengan lebih baik lagi.

Pada penelitian ini ada 2 aspek yang ditekankan yakni aspek membimbing dan mendorong. Aspek pertama yaitu membimbing, merupakan kemampuan pengajar untuk memberikan suatu bantuan yang diberikan kepada peserta didik berupa menyampaikan materi pelajaran, menyelesaikan permasalahan akademik, membimbing kemampuan siswa, dan mengajarkan tingkah laku baik. Aspek kedua yaitu mendorong, merupakan kemampuan pengajar untuk memberikan penghargaan dan motivasi pada peserta didik untuk mencapai kemajuan dalam berbagai aspek seoptimal mungkin sesuai dengan potensinya. Motivasi mengajar bagi guru sekolah luar biasa sangatlah penting, karena tugas guru pada dasarnya adalah mendidik. Secara umum motivasi mengajar guru sekolah luar biasa sudah tinggi, dikarenakan adanya minat pada bidang mengajar, kebijakan sekolah yang membantu memudahkan guru dalam mendidik muridnya, dan terjalinnya hubungan antar sesama yang baik.

### **3.3. Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Motivasi Mengajar pada Guru Sekolah Luar Biasa**

Berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dan motivasi mengajar pada guru sekolah luar biasa di kota Malang. Menurut S.S. Tomkins (dalam Hasanah, Suharso, & Saraswati, 2015) mengemukakan bahwa emosi merupakan energi bagi dorongan-dorongan yang selalu muncul bersama. Artinya bahwa emosi adalah energi untuk memunculkan motivasi. Emosi dan motivasi sering dibahas secara bersamaan, karena keduanya memang memiliki kaitan yang erat. Dalam hal regulasi emosi dan motivasi mengajar juga demikian, keduanya memiliki hubungan meskipun tidaklah kuat.

Pada penelitian sebelumnya, Haq (2015) yang berjudul Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pemain Basket di UMS. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara regulasi emosi dengan motivasi berprestasi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai  $r = 0,620$  dengan  $p = 0,000$ . Penelitian lain yang dilakukan Wijiyanti (2015) berjudul Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Motivasi Kerja Pada Perawat, juga menghasilkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dan motivasi kerja. Hal ini ditunjukkan dengan  $r = 0,521$  dengan  $p = 0,000$ . Penelitian lain yang dilakukan Wahyuni (2013) berjudul Hubungan Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa SMK Negeri 1 Samarinda, juga menghasilkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dedikasi diri dan relasi emosi dengan motivasi berprestasi. Hal ini ditunjukkan dengan  $r = 0,480$  dengan  $p = 0,000$ . Sehingga teori yang menyebutkan bahwa emosi dan motivasi memiliki kaitan yang erat, terbukti antara regulasi emosi dan motivasi berprestasi, antara regulasi emosi dan motivasi kerja, serta antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan motivasi berprestasi. Hal ini juga berlaku kaitannya antara regulasi emosi dengan motivasi mengajar.

### **3.4. Sumbangan Efektif Regulasi Emosi pada Motivasi Mengajar**

Hasil analisis sumbangan efektif regulasi emosi pada motivasi mengajar diketahui sebesar 20,3%, artinya terdapat 79,7% variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi

mengajar. Peneliti mencoba mencari tahu apa kemungkinan variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi mengajar, dan menemukan teori mengenai kepuasan kerja dalam motivasi kerja. Ketika berbicara mengenai motivasi mengajar ternyata kita juga tidak bisa lepas dari motivasi kerja. Peneliti sengaja membedakan kedua hal tersebut, karena motivasi mengajar lebih spesifik kepada perilaku guru dalam mengajar dengan baik di dalam kelas untuk membimbing dan mendorong murid seoptimal mungkin agar dapat mengembangkan potensinya. Sedangkan motivasi kerja ranahnya lebih luas, merujuk kepada perilaku pekerja agar terdorong melakukan pekerjaannya. Sedangkan Uno (2013) menjelaskan bahwa motivasi kerja guru merupakan suatu proses yang dilakukan agar perilaku guru dapat digerakkan dan dapat diarahkan kepada upaya-upaya nyata untuk mencapai tujuan ditetapkan.

Ada banyak sekali teori yang membahas mengenai motivasi kerja, peneliti kemudian memilih satu teori motivasi kerja yang membahas tentang kepuasan kerja. Teori motivasi kerja tersebut adalah teori dua faktor yang dikembangkan oleh Herzberg. Herzberg (dalam Munandar, 2006) mengatakan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan kerja berbeda dengan faktor-faktor yang menyebabkan ketidakpuasan kerja.

Faktor-faktor yang dapat memicu kepuasan kerja dinamakan faktor motivator, berkaitan dengan isi dari pekerjaan atau unsur intrinsik dari pekerjaan itu. Sedangkan faktor lain yang menimbulkan ketidakpuasan berkaitan dengan konteks dari pekerjaan atau unsur ekstrinsik dari pekerjaan tersebut. Faktor intrinsik meliputi 5 hal yaitu, tanggung jawab (responsibility), kemajuan (advancement), pekerjaan itu sendiri, capaian (achievement), dan pengakuan (recognition). Kemudian faktor ekstrinsik meliputi 5 hal juga yaitu administrasi dan kebijakan perusahaan, penyeliaan, gaji, hubungan antarpribadi, dan kondisi kerja.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, dapat diketahui bahwa mengajar anak berkebutuhan khusus merupakan sebuah tanggung jawab yang besar, mereka tertantang untuk mengembangkan potensi muridnya, mereka harus berpikir kreatif agar dapat menemukan metode pembelajaran yang pas untuk masing-masing murid dengan hambatan tertentu. Pengakuan atas hasil kerja didikan mereka juga ditunjukkan pada rasa hormat dan terima kasih orang tua murid yang setiap hari bertemu ketika mengantar jemput anaknya ke sekolah. Lima unsur intrinsik pada teori ini terpenuhi sehingga ada kepuasan kerja bagi para guru sekolah luar biasa, hal ini juga terbukti melalui wawancara yang mengatakan bahwa kebanyakan dari mereka sejak awal sudah memiliki niat untuk menjadi guru bagi anak berkebutuhan khusus. Maka hambatan yang mereka temui selama di kelas dapat teratasi dengan baik.

Selanjutnya mengenai lima unsur ekstrinsik yang jika tidak terpenuhi akan menimbulkan ketidakpuasan kerja. Selama wawancara kepada beberapa subjek tidak ditemukan adanya permasalahan mengenai kebijakan sekolah, mereka dituntut untuk loyal kepada sekolah, salah satu sekolah yang peneliti datangi bahkan ada yang menguliahkan gurunya dengan syarat setelah lulus harus tetap mengajar di sekolah. Selain itu guru juga dituntut datang tepat waktu, mengikuti kegiatan wajib yang diadakan sekolah, dan tentunya mendidik murid dengan baik serta menjadikan mereka mandiri. Sedangkan persoalan gaji juga tidak ada masalah, mereka menerima gaji yang sesuai dan diterima tepat pada waktunya. Hubungan antar sesama guru maupun antar guru dan atasan juga baik, adanya acara halal-bihalal salah satunya bertujuan untuk mengakrabkan satu sama lain. Terakhir adalah kondisi kerja, kelas yang mereka gunakan untuk mengajar terbilang cukup luas, tempatnya bersih, dan

rapi. Lingkungan sekolah pun begitu, selalu terlihat bersih dan dihiasi oleh tanaman, terlihat asri dan menjadi tempat yang nyaman bagi para orang tua siswa yang menunggu anaknya bersekolah. Sehingga wajar bagi guru sekolah luar biasa untuk memiliki motivasi mengajar yang tinggi, karena motivasi kerja mereka terbukti terpenuhi jika dilihat melalui faktor intrinsik dan ekstrinsik dari teori dua faktor.

Pada penelitian sebelumnya, Haq (2015) yang berjudul Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pemain Basket di UMS. Hasil penelitian menunjukkan adanya sumbangan efektif (SE) variabel regulasi emosi dengan motivasi berprestasi sebesar 38,4%. Artinya masih ada 61,6% variabel lain yang mempengaruhi motivasi berprestasi selain regulasi emosi. Pada penelitian tersebut tidak dijelaskan lebih lanjut mengenai kemungkinan variabel apa selain regulasi emosi yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi. Hampir sama dengan hasil penelitian ini, memang ditemukan adanya hubungan positif dan signifikan, namun sumbangan efektif regulasi emosi dengan motivasi mengajar tergolong kecil. Salah satu variabel lain tersebut adalah kepuasan kerja.

#### 4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara regulasi emosi dan motivasi mengajar pada guru sekolah luar biasa di kota Malang, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: 1) Regulasi emosi pada guru sekolah luar biasa di kota Malang berada dalam kategori tinggi. Artinya sebagian besar guru sekolah luar biasa memiliki kemampuan yang tinggi dalam memonitor emosi, memodifikasi emosi dan mengevaluasi emosi diri. 2) Motivasi mengajar pada guru sekolah luar biasa di kota Malang berada dalam kategori tinggi. Artinya sebagian besar guru sekolah luar biasa memiliki kemampuan yang baik dalam membimbing dan mendorong peserta didik mencapai kemajuan dalam berbagai aspek seoptimal mungkin sesuai dengan potensinya. 3) Ada hubungan positif antara regulasi emosi dan motivasi mengajar pada guru sekolah luar biasa di kota Malang, dengan koefisien korelasi sebesar 0,450 yang artinya hubungan tersebut masuk dalam kategori sedang. 4) Sumbangan efektif regulasi emosi pada motivasi mengajar sebesar 20,3% sehingga terdapat 79,7% variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi mengajar selain regulasi emosi. Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut: 1) Bagi guru sekolah luar biasa, bagi guru sekolah luar biasa yang masih memiliki regulasi emosi rendah, disarankan agar mengikuti pelatihan yang berhubungan dengan pengelolaan atau pengaturan emosi diri, dapat juga mengembangkan kemampuan regulasi emosi dengan melakukan introspeksi diri, yakni pahami segala bentuk emosi, pikiran dan tindakan yang selama ini telah dilakukan. Biasakan diri untuk selalu memikirkan hal secara matang sebelum bertindak secara gegabah. Ketika seseorang dapat memahaminya setiap emosi, pikiran dan perilaku serta terbiasa memiliki hati yang tenang, maka diharapkan individu mampu menangani berbagai situasi khususnya di dalam kelas secara bijak dan profesional. 2) Bagi kepala sekolah, bagi kepala sekolah disarankan untuk mengadakan pertemuan secara rutin minimal satu bulan sekali, untuk mengeratkan hubungan antar sesama guru maupun dengan atasan. Sekaligus membahas hambatan mengajar yang mungkin dihadapi ketika berada di kelas. Kegiatan seperti itu dapat menjadi wadah bagi para guru untuk saling berdiskusi, mengutarakan permasalahan yang dihadapi, serta menemukan solusinya bersama-sama. 3) Bagi peneliti selanjutnya, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk mencari variabel lain yang mungkin berpengaruh besar dalam motivasi mengajar khususnya pada guru sekolah luar biasa. Contoh variabel lain yang dapat berpengaruh terhadap motivasi mengajar adalah sikap diri terhadap profesi guru, minat pada bidang mengajar, adanya pengetahuan maupun kompetensi dalam bidang mengajar, gaji,

kebijakan sekolah, pengakuan terhadap prestasi, besarnya tanggung jawab yang diberikan, hubungan antar sesama di sekolah, kondisi tempat kerja, dan adanya kepuasan bekerja sebagai guru.

### Daftar Rujukan

- Ardana, Komang, dkk. (2008). *Perilaku Keorganisasian*. Edisi Pertama. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Cole, P.M., Martin, S.E., & Dennis, T.A. (2004). Emotion regulation as a Scientific construct methodological challenges and directions for child development research. *Child development*. March/April. 75 (2), 317-333.
- Coon, D. (2005). *Psychology a journey (2nd ed.)*. USA: Thomson Wadsworth.
- Depdiknas. (2007). *Pedoman Umum Penyelenggaraan Pendidikan Inklusif*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa.
- Depdiknas. (2007). *Pedoman Khusus Penyelenggaraan Pendidikan Inklusif tentang Pengadaan dan Pembinaan Tenaga Pendidik*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa.
- Eva. (2015). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Malang: Fakultas Pendidikan Psikologi.
- Gottman, J. M., & Katz, L. F. (1989). Effects Of Marital Discord on Yong Children's Peer Interactions And Health. *Developmental Psychology*, 25, 373-381.
- Hasanah, A.M.A., Suharso, & Saraswati, S. (2015). *Indonesia Journal of Guidance Ana Counseling: Theory Ana Application*. Semarang.
- Haq, Z. A. D. (2015). *Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pemain Basket di UMS. Skripsi tidak diterbitkan*. Surakarta: Fakultas Psikologi.
- Moore, Kenneth. D. (2001). *Classroom Teaching Skill*. New York: McGraw Hill.
- Munandar, A. S. (2006). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: UI Press.
- PP RI Nomor 72 Tahun 1991 Tanggal 31 Desember 1991 Tentang Pendidikan Luar Biasa. Jakarta: Penerbit Sinar Grafika.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of a definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (2/3), 25–52.
- Uno, Hamzah B. (2013). *Teori Motivasi & Pengukurannya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Wahyuni, Esa Nur. (2010). *Motivasi dalam Pembelajaran*. Malang: UIN-Malang Press.
- Wahyuni, S. (2013). Hubungan Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi pada Siswa SMK Negeri 1 Samarinda. *eJournal Psikologi*, 1(1): 88-95 Dari [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/04/Journal-Sri%20Wahyuni%20\(04-10-13-06-11-00\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/04/Journal-Sri%20Wahyuni%20(04-10-13-06-11-00).pdf).
- Wijayanti, E. J. (2015). *Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Motivasi Kerja Pada Perawat. Skripsi tidak diterbitkan*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya.