

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Sekolah Luar Biasa (SLB) merupakan sebuah lembaga pendidikan yang memberikan kesempatan belajar tanpa diskriminasi untuk Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)¹. Sekolah Luar Biasa (SLB) berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan kesadaran sosial siswa yang disesuaikan dengan kemampuan dan kebutuhannya, sehingga mereka bisa berkembang secara optimal.² Di SLB setiap siswa akan mendapatkan pendidikan yang layak dan sesuai. Selain sebagai tempat belajar, SLB juga membantu meningkatkan kesadaran sosial siswa-siswinya dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar.³

Secara umum dalam dunia pendidikan, standar kurikulum yang diterapkan harus tepat sasaran, maka dalam SLB dibedakan berdasarkan jenis kebutuhan khusus siswa. Misalnya, SLB-A untuk siswa tunanetra, SLB-B untuk siswa tunarungu, SLB-C bagi siswa yang memiliki intelegensi di bawah rata-rata, SLB-D untuk siswa tunadaksa (gangguan fisik/memiliki fisik yang kurang sempurna), SLB-E bagi siswa tunalaras (kesulitan berperilaku sesuai

¹ Amalia dan Kurniawat. (2021) *Studi Literatur: Peran Pendidik Pendidikan Khusus di Sekolah Inklusi. Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 7(2).

² Tarindra Puspa Wijayanti, Wiwi Afita, Grehas Wilantan, Universitas Negeri Semarang. (2017). *Pengaruh Sekolah Inklusi terhadap Kepekaan Sosial Anak SD Slerok 2 Kota Tegal*. Vol 2 no 2.

³ Baso Maronnu. (2022). *Dinamika Sekolah Inklusi Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Mimikri: Vol. 8, No. 2. hlm.375.

lingkungan), dan SLB-G untuk siswa tunaganda (memiliki kombinasi kelainan) yang memiliki lebih dari satu jenis keterbatasan. Dengan sistem ini, setiap siswa mendapatkan perhatian dan metode pembelajaran yang sesuai agar bisa berkembang secara maksimal.⁴

SLB Negeri Kandat merupakan sekolah rujukan bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), yaitu sebagai SLB Negeri satu-satunya di Kabupaten dan Kota Kediri Jawa Timur. SLB Negeri Kandat memberikan pembelajaran mulai jenjang TK-LB, SD-LB, SMP-LB, dan juga SMA-LB. Dalam sejarahnya, Pemerintah Daerah Kabupaten Kediri berkeinginan untuk mendirikan Sekolah Luar Biasa, jenjang SDLB yang berdiri tanggal 14 Juli Tahun 1983 yang terletak di Dusun Bulurejo Desa Sumberjo Kecamatan Kandat Kabupaten Kediri, dalam naungan Dinas Pendidikan Kabupaten Kediri.⁵

Setiap lembaga pendidikan memiliki tenaga pengajar yang bertugas mendidik siswanya, termasuk pendidik bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Para pendidik ini dibekali dengan keahlian khusus agar mampu mengelola kelas secara efektif. Seperti yang dijelaskan oleh Mangunsong, pendidik di Sekolah Luar Biasa (SLB) adalah seseorang yang mengajar dengan menggunakan metode khusus untuk memenuhi kebutuhan yang berbeda-beda pada setiap siswa. Para pendidik menggunakan materi, teknik pembelajaran, serta fasilitas yang disesuaikan agar proses belajar mengajar

⁴ Nurhasanah, N. (2023). *Regulasi Emosi Pada Pendidik Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Fenomenologi Sekolah Luar Biasa X)*. 2 (2).

⁵ <https://slbnegerikandatkediri.sch.id/profil/sekolah>

berjalan optimal.⁶

Mengajar di SLB bukanlah tugas yang mudah, karena para siswa ABK memiliki tantangan pembelajaran yang beragam, karena ABK memiliki kebutuhan yang berbeda-beda, mulai dari hambatan intelektual, sensorik, motorik, hingga gangguan perilaku dan komunikasi, Sehingga hal ini menuntut pendidik untuk memiliki metode pengajaran yang inovatif, serta keterampilan khusus dalam menangani berbagai kondisi siswa ABK. Selain itu, pendidik SLB juga harus mampu menciptakan suasana belajar yang inklusif, memberikan perhatian individual, dan bekerja sama dengan keluarga serta tenaga ahli untuk mendukung perkembangan siswa secara optimal.⁷

Dukungan tersebut bisa didapatkan dari berbagai pihak yang mempunyai peran sangat penting, diantaranya dukungan dari keluarga, sekolah, pemerintah serta masyarakat untuk menyediakan pendidik yang memiliki kompetensi dan karakteristik yang tepat, karena kesuksesan pembelajaran pada ABK sangat dipengaruhi oleh kompetensi dan karakteristik pendidiknya, termasuk penerapan perilaku prososial dalam proses belajar-mengajar di SLB.⁸

Para Pendidik harus memiliki keahlian dalam metode pembelajaran khusus, pemahaman terhadap kebutuhan individual siswa, serta kemampuan beradaptasi dengan berbagai tantangan akan lebih efektif dalam mengajar

⁶ Mauliddiyah, N. L. (2021). *Kebermaknaan Hidup Pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Kasus Di Yayasan Kartika Mutiara Malang)*.

⁷ Pratiwi, J. C. (2015). *Sekolah inklusi untuk anak berkebutuhan khusus: Surakarta: Universitas Sebelas Maret*.

⁸ Ashari, D. A. (2021). *Panduan Mengidentifikasi Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusi*. *Jurnal Obses : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2).

ABK. Selain itu, perilaku prososial seperti empati, kesabaran, kepedulian, dan kerja sama menjadi faktor penting dalam mendukung tugas pendidik SLB serta menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan suportif. Dengan pendekatan yang penuh perhatian dan didukung oleh keterampilan yang mumpuni, pendidik dapat membantu ABK mencapai potensi serta pendidikan terbaik, meningkatkan kepercayaan diri, serta mempermudah mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial.⁹

Fenomena umum yang terjadi di lingkungan SLB menunjukkan bahwa pendidik sering mengalami tantangan emosional, seperti stres dan kelelahan akibat tekanan dalam menangani anak berkebutuhan khusus. Selain itu, keterbatasan komunikasi dengan siswa, terutama yang mengalami gangguan bicara atau autisme, menjadi tantangan tersendiri yang memerlukan keterampilan khusus. Di sisi lain, lingkungan SLB juga memperlihatkan tingginya solidaritas dan empati antar pendidik. Mereka saling membantu dan mendukung satu sama lain dalam menghadapi berbagai tantangan. Meskipun berat, banyak guru SLB merasa puas secara batin karena dapat membantu perkembangan siswa, bahkan jika kemajuannya sedikit lambat.

Berdasarkan wawancara dengan narasumber N, salah satu pendidik di SLB Negeri Kandat, menjelaskan bahwa “.... *guru-guru disini itu suka menolong dan saling bekerjasama saat kegiatan dan dalam mengondisikan siswanya yang unik dan beragam, guru-guru juga tidak keberatan*

⁹ Empati, j., Karaben, G, A., & Kustanti, E, R. (2020). *Prososial Pendidik Di ABK Negeri Semarang*. 9 (nomor 4) hlm 294-299.

menyisihkan uang untuk kegiatan makan bersama dengan wali murid dalam rangka mempererat keharmonisan dalam lingkungan sekolah". Informasi tersebut menjelaskan sebagian besar dari aspek-aspek perilaku prososial yaitu *cooperative/bekerjasama, donating/berderma, helping/menolong* pada pendidik di SLB Negeri Kandat.

Perilaku prososial yang ditunjukkan oleh pendidik ABK di SLB Negeri Kandat sejalan dengan yang telah diperintahkan Allah SWT dalam ayat Al-Qur'an, Surah Al-Maidah ayat 2:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا

اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya: Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sungguh, Allah sangat berat siksa-Nya." (QS. Al-Ma'idah 5: Ayat 2).

Ayat ini secara tegas memerintahkan untuk saling tolong menolong dalam kebaikan dan takwa, serta melarang tolong menolong dalam perbuatan dosa dan permusuhan. Ayat ini juga menjelaskan tentang tolong menolong yang harus ditunjukkan pada kebaikan dan ketakwaan. Dan sebaliknya, jangan tolong menolong dalam perkara-perkara yang buruk seperti berbuat dosa dan kemaksiatan. Karena itu, seorang muslim hendaknya tahu betul tujuan tolong menolong itu harus mengarah kepada nilai kebaikan, bukan keburukan.

Menurut Eisenberg dan Mussen, perilaku prososial merupakan tindakan-tindakan positif seseorang seperti membantu, berbagi, bekerja sama, bersedekah, dan bersikap jujur.¹⁰ Sementara itu, Baron dan Byrne menjelaskan bahwa perilaku prososial merupakan bantuan yang diberikan kepada orang lain yang menguntungkan pihak penerima, tanpa mengharapkan imbalan langsung bagi pemberi bantuan. Bahkan, perilaku ini bisa saja melibatkan risiko bagi orang yang membantu.

Yusroni juga membahas perilaku prososial pada pendidik di Sekolah Luar Biasa (SLB). Ia menyatakan bahwa perilaku prososial tampak dalam interaksi antara guru dan siswa berkebutuhan khusus, misalnya ketika guru memberikan bantuan berupa pengajaran keterampilan yang berguna bagi kehidupan siswa. Keterampilan ini diharapkan bisa membantu siswa menjadi pribadi yang bermanfaat bagi keluarga maupun masyarakat. Namun, tingginya beban kerja mental yang dialami guru SLB bisa mempengaruhi sejauh mana mereka menunjukkan perilaku prososial tersebut.¹¹

Dayakisni dan Hudaidah mengidentifikasi beberapa faktor internal yang memengaruhi individu untuk berperilaku prososial, antara lain: 1. *Self-Gain* (Keuntungan Diri): Keinginan individu untuk mendapatkan sesuatu hal atau menjaga dari kehilangan sesuatu hal yang penting, 2. *Personal Values and Norms* (Nilai dan Norma Pribadi): Nilai dan norma yang ditanamkan

¹⁰ Eisenberg, N., & Mussen, P. H. (1989). *The roots of prosocial behavior in children*. Cambridge: Cambridge University Press.

¹¹ Thariq. (2023). *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Prososial Pada Siswa Di Man 3 Banda Aceh*. hlm 14

dalam diri seseorang melalui interaksi sosial, yang kemudian menjadi pedoman dalam bertindak, 3. *Empathy* (Empati): Suatu kemampuan individu untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain.¹²

Para pendidik yang mengajar Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), menjelaskan bahwa perilaku prososial ini sangat penting karena beragam kebutuhan siswa-siswanya seperti memiliki keterbatasan dalam berpikir, berkomunikasi, atau berinteraksi sosial yang membuat mereka membutuhkan bantuan lebih intensif dalam proses belajar. Misalnya, anak dengan autisme mungkin kesulitan memahami instruksi verbal, sementara anak dengan gangguan belajar bisa membutuhkan waktu lebih lama untuk memahami materi.¹³ Dalam kondisi seperti ini, guru dituntut untuk sabar, peduli, dan mau membantu secara konsisten. Pendidik dengan kepribadian yang suka menolong akan lebih mudah menunjukkan empati, menciptakan suasana aman dan nyaman di kelas, serta memberikan dukungan emosional dan akademik yang dibutuhkan ABK untuk berkembang. Oleh karena itu, perilaku prososial bukan hanya nilai tambahan, tetapi menjadi dasar utama dalam menjalankan peran pendidik di lingkungan inklusif.¹⁴

Perilaku prososial juga sering merujuk pada tindakan sukarela yang bertujuan membantu atau memberi manfaat bagi orang lain tanpa mengharapkan imbalan. Di lingkungan SLB, pendidik menunjukkan perilaku

¹² Dayakisni, T., & Hudaniah. (2003). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.

¹³ Eisenberg, N., & Mussen, P. H. (1989). *The Roots of Prosocial Behavior in Children*. Cambridge University Press.

¹⁴ Sapon-Shevin, M. (2007). *Widening the Circle: The Power of Inclusive Classrooms*. Beacon Press.

prososial melalui berbagai bentuk seperti suka menolong siswa yang kesulitan, menunjukkan empati dan perhatian terhadap kebutuhan siswa, menjalin kerja sama dengan rekan kerja, serta berbagi sumber daya dan waktu demi mendukung proses pembelajaran. Perilaku ini sangat penting karena peserta didik di SLB membutuhkan pendampingan dan perhatian yang lebih intensif dibandingkan siswa reguler.

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosinya secara tepat. Bagi pendidik di Sekolah Luar Biasa (SLB), regulasi emosi menjadi aspek penting karena mereka dihadapkan pada tantangan yang kompleks dalam mendidik siswa berkebutuhan khusus. Indikasi dari regulasi emosi yang baik meliputi kesadaran emosional, yaitu kemampuan menyadari emosi yang sedang dirasakan; kemampuan mengendalikan impuls emosional seperti menahan amarah; penggunaan strategi coping yang adaptif, seperti berdiskusi dengan rekan sejawat untuk mengatasi tekanan; serta kemampuan menyesuaikan emosi sesuai situasi, misalnya menunjukkan empati saat siswa merasa sedih. Pendidik yang mampu mengelola emosinya dengan baik akan lebih mampu menciptakan suasana belajar yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan siswa.

Gratz dan Roemer menambahkan bahwa kemampuan mengatur emosi atau regulasi emosi juga berperan dalam perilaku prososial.¹⁵ Terdapat pada

¹⁵ Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). *Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) Of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), hal 41–54.

salah satu aspek regulasi emosi yaitu *engaging on goal directed behavior* (kemampuan untuk tetap fokus pada tujuan), yang memungkinkan seseorang bertindak dengan bijak tanpa dikendalikan oleh emosi negatif.¹⁶ Sementara itu, Gross mendefinisikan regulasi emosi sebagai strategi, dalam keadaan yang disadari maupun yang tidak disadari, yang berfungsi untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi respon emosional. Ini mencakup berbagai aspek, baik emosi maupun perilaku. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik dapat mengelola emosinya, baik yang positif maupun negatif, sehingga dapat merespons situasi dengan cara yang lebih adaptif dan sesuai.¹⁷

Dengan kata lain, regulasi emosi yang tinggi serta perilaku prososial yang tinggi merupakan kunci keberhasilan pendidik dalam menciptakan pembelajaran yang efektif dan penuh makna di SLB. Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas peneliti tertarik dan ingin meneliti lebih jauh terkait penelitian yang berjudul “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Pendidik ABK di SLB Negeri Kandat”

¹⁶ Thariq. (2023). *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Prososial Pada Siswa Di Man 3 Banda Aceh*, hlm 17.

¹⁷ Hafizhatunnisa, Ulfa. (2021). *Hubungan antara Intensitas Membaca Al-qur'an dengan Regulasi Emosi pada Remaja. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Pekanbaru*, hlm 11.

B. RUMUSAN MASALAH

1. Seberapa Tingkat Regulasi Emosi pada Pendidik ABK di SLB Negeri Kandat?
2. Seberapa Tingkat Perilaku Prososial pada Pendidik ABK di SLB Negeri Kandat?
3. Apakah ada Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Pendidik ABK di SLB Negeri Kandat?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk mengetahui Tingkat Regulasi Emosi pada Pendidik ABK di SLB Negeri Kandat.
2. Untuk mengetahui Tingkat Perilaku Prososial pada Pendidik ABK di SLB Negeri Kandat.
3. Untuk mengetahui adanya Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Pendidik ABK di SLB Negeri Kandat.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan ilmu psikologi dan memperkaya hasil penelitian yang dapat memberikan wawasan lebih lanjut tentang “Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Pendidik ABK di SLB Negeri Kandat”

- b. Dapat mengembangkan keilmuan psikologi terutama di bidang psikologi klinis dan psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, penelitian ini dilakukan untuk memperluas wawasan, sarana latihan dan mempertajam kemampuan analisis dalam penyusunan karya ilmiah terhadap fenomena tentang hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial pada pendidik ABK di SLB Negeri Kandat.
- b. Bagi Narasumber (pendidik), dapat berbagi pengalaman, gambaran luas, serta pengetahuan tentang hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial yang dialami oleh pendidik ABK. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan evaluasi bagi para pendidik untuk memperbaiki kemampuannya dalam menghadapi berbagai tantangan di masa mendatang.

E. PENELITIAN TERDAHULU

Penelitian terdahulu berfungsi sebagai sumber inspirasi bagi peneliti dalam melakukan penelitian di bidang ini. Artinya, penelitian yang dilakukan mengacu pada hasil-hasil penelitian sebelumnya, baik yang berasal dari buku, jurnal ilmiah, maupun skripsi. Meskipun demikian, penelitian ini tetap memiliki tema yang berbeda, terutama dari segi latar belakang masalah dan lokasi penelitian. Beberapa penelitian terdahulu yang relevan antara lain:

1. Dalam penelitian oleh M. Thariq Tahun 2023 yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Siswa di MAN 3 Banda Aceh”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, serta teknik pengambilan sampel stratified random sampling sebanyak 186 siswa. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial. Semakin tinggi kemampuan siswa dalam mengatur emosinya, semakin tinggi pula perilaku prososial yang ditampilkan, dan sebaliknya.¹⁸ Kesamaan dalam penelitian ini terletak pada fokus kajian yang meneliti hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial yang dimiliki oleh pendidik ABK serta penggunaan metode penelitian kuantitatif dalam analisis data. Namun, penelitian ini memiliki perbedaan yang signifikan, terutama pada subjek yang diteliti, yaitu Siswa MAN 3 Banda Aceh yang berjumlah 186 siswa yang diambil sebagai sampel dari 401 siswa dengan menggunakan teknik *random sampling*, sedangkan subjek penelitian yang akan diteliti yaitu pendidik ABK di SLB Negeri Kandat yang berjumlah 24 pendidik dengan menggunakan teknik *total sampling*.
2. Dalam penelitian oleh Muh. Isnan Buraera, Aspin, dan Citra Marhan Tahun 2024 berjudul “Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Remaja”. Penelitian ini dilakukan pada siswa SMA Negeri 1 Konawe Selatan. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara

¹⁸ Thariq. (2023). *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Prososial Pada Siswa Di Man 3 Banda Aceh*.

regulasi emosi dengan perilaku prososial. Artinya, semakin baik regulasi emosi yang dimiliki remaja, maka semakin tinggi pula perilaku prososial yang mereka tunjukkan, dan sebaliknya. Teknik analisis data yang digunakan meliputi analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis. Diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,270 dan signifikansi 0,015 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa hubungan antar variabel bersifat signifikan.¹⁹ Persamaan penelitian ini adalah meneliti tentang regulasi emosi dengan perilaku prososial, serta data yang menunjukkan adanya hubungan positif pada 2 variabel yang diteliti, yaitu regulasi emosi dan perilaku prososial. Perbedaan penelitian ini terletak pada subjek penelitiannya yaitu pada remaja di SMA 1 Negeri Konawe dengan menggunakan teknik *random sampling*, sedangkan subjek penelitian yang akan diteliti yaitu pendidik ABK di SLB Negeri Kandat yang berjumlah 24 pendidik dengan menggunakan teknik *total sampling*.

3. Penelitian oleh Ganesya Aisyah Karaben dan Erin Ratna Kustanti Tahun 2020 yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial Guru di SLB Negeri Semarang”. Penelitian ini dilakukan terhadap 50 guru di SLB Negeri Semarang. Hasilnya menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dengan perilaku prososial guru. Guru yang mampu mengatur emosinya dengan baik cenderung

¹⁹ Buraera, M. I., Aspin, A.-, & Marhan, C.-. (2024). *Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Remaja. Jurnal Sublimapsi*, 5 (2), 209.

memiliki tingkat perilaku prososial yang lebih tinggi, demikian pula sebaliknya.²⁰ Kesamaan dalam penelitian ini terletak pada fokus kajian yang meneliti hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial yang dimiliki oleh pendidik ABK serta penggunaan metode penelitian kuantitatif dalam analisis data. Namun, penelitian ini memiliki perbedaan yang signifikan, terutama pada subjek yang diteliti, yaitu Guru di SLB Negeri Semarang yang berjumlah 50 dengan menggunakan teknik *random sampling*, sedangkan subjek penelitian yang akan diteliti yaitu pendidik ABK di SLB Negeri Kandat yang berjumlah 24 pendidik dengan menggunakan teknik *total sampling*.

4. Penelitian oleh Syarifah Tahun 2023 berjudul “Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial Remaja pada Anggota Forpis Kota Surakarta Tahun 2023”. Penelitian ini menggunakan analisis korelasi spearman rank. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial remaja pada Anggota Forpis Kota Surakarta. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diperoleh data primer dari responden sebanyak 78 orang dan menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000.²¹ Kesamaan dalam penelitian ini terletak pada fokus kajian yang meneliti

²⁰ Empati, J., Karaben, G. A., & Kustanti, E. R. (2020). *Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial Guru di SLB Negeri Semarang*. 9 (nomor 4), 294–299.

²¹ Surakarta, K. (2023). 1(6), 779–788. *Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial Remaja pada Anggota Forpis Kota Surakarta Tahun 2023*. 1(6), 779–788.

hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial yang dimiliki oleh pendidik ABK serta penggunaan metode penelitian kuantitatif dalam analisis data. Namun, penelitian ini memiliki perbedaan yang signifikan, terutama pada subjek yang diteliti, yaitu remaja pada anggota Forpis kota Surakarta yang berjumlah 78 orang dengan menggunakan teknik *random sampling*, sedangkan subjek penelitian yang akan diteliti yaitu pendidik ABK di SLB Negeri Kandat yang berjumlah 24 pendidik dengan menggunakan teknik *total sampling*.

5. Dalam Penelitian oleh Rizky Drupadi Tahun 2020 yang berjudul “Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Perilaku Prososial Anak Usia Dini”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis studi *expo facto* dan pengumpulan data melalui survei. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku prososial pada anak usia dini, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Regulasi emosi diketahui memberikan kontribusi efektif sebesar 8,5% terhadap perilaku prososial anak.²² Kesamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel penelitiannya yaitu regulasi emosi dan perilaku prososial serta penggunaan metode yang sama yakni penelitian kuantitatif dalam analisis data. Namun, penelitian ini memiliki perbedaan yang signifikan, yaitu pada fokus penelitiannya terhadap pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku prososial, serta perbedaan

²² Drupadi, R. (2020), *Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Prososial Anak Usia Dini. Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(1), 30–36.

lainnya pada subjek yang diteliti, yaitu Anak usia dini dengan menggunakan teknik *random sampling*, sedangkan subjek penelitian yang akan diteliti yaitu pendidik ABK di SLB Negeri Kandat yang berjumlah 24 pendidik dengan menggunakan teknik *total sampling*.

F. DEFINISI OPERASIONAL

1) Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk menerima emosi yang dirasakannya, mengendalikan perilakunya ketika mengalami emosi tersebut, serta memanfaatkan kemampuan tersebut secara fleksibel dalam berbagai situasi. Menurut Gratz dan Roemer regulasi emosi merupakan suatu upaya untuk penerimaan emosi, serta kemampuan untuk mengontrol perilaku impulsif individu dan kemampuan untuk menyesuaikan strategi regulasi emosi sesuai dengan situasinya secara fleksibel. Dalam penelitian ini, regulasi emosi dianalisis berdasarkan enam aspek yang dikemukakan oleh Gratz dan Roemer, yaitu: 1) Strategi dalam mengatur emosi: kemampuan individu menggunakan cara-cara tertentu untuk mengelola emosinya. 2) Kesadaran dan pemahaman terhadap emosi: sejauh mana seseorang menyadari dan memahami emosi yang sedang dialami. 3) Kemampuan bertindak sesuai tujuan meskipun sedang mengalami emosi: kemampuan untuk tetap fokus dan bertindak produktif meskipun berada dalam tekanan emosional. 4) Kontrol terhadap respons: kemampuan untuk

menahan atau mengendalikan reaksi emosional secara tepat. 5) Penerimaan terhadap emosi: kesediaan untuk menerima dan tidak menghindari emosi yang muncul. 6) Kejelasan emosi: kemampuan untuk mengenali dan membedakan berbagai emosi yang dirasakan.²³

2) Perilaku Prosocial

Perilaku prososial menurut Eisenberg dan Mussen digambarkan sebagai tindakan-tindakan positif yang mencerminkan kepedulian terhadap orang lain, seperti membantu, berbagi, bekerja sama, berdonasi, dan bersikap jujur. Dalam penelitian ini, perilaku prososial diukur menggunakan lima aspek dari Eisenberg dan Mussen, yaitu: 1) Berbagi: memberikan sesuatu secara sukarela kepada orang lain. 2) Bekerja sama: berpartisipasi dalam kegiatan bersama untuk mencapai tujuan yang sama. 3) Berdonasi: memberikan bantuan materi kepada orang lain yang membutuhkan. 4) Menolong: memberikan bantuan secara langsung kepada orang lain. 5) Jujur: bersikap terbuka dan tidak berbohong dalam berbagai situasi.²⁴

G. VARIABEL PENELITIAN

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel utama, yaitu:

²³ Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). *Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) Of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54.

²⁴ Eisenberg, N., & Mussen, P. H. (1989). *The roots of prosocial behavior in children*. Cambridge: Cambridge University Press.

1. Variabel *independen* (bebas) adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi penyebab munculnya perubahan pada variabel lainnya. Dalam konteks ini, variabel independen adalah regulasi emosi.
2. Variabel *dependen* (terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari variabel bebas. Dalam penelitian ini, variabel dependennya adalah perilaku prososial.