

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teoritik

1. Regulasi Emosi

a. Pengertian Regulasi Emosi

Regulasi emosi ialah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi yang tepat meliputi kemampuan untuk mengatur perasaan, reaksi fisiologis, kognisi yang berhubungan dengan emosi, dan reaksi yang berhubungan dengan emosi.³³ Sementara itu, Gross menyatakan bahwa regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu, seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik positif maupun negatif.³⁴

Sedangkan menurut Gottman dan Katz regulasi emosi merujuk pada kemampuan untuk menghalangi perilaku tidak tepat akibat

³³ Gratz, L., Kim, Roemer Elizabeth. *"Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale"*. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment. Plenum Publishing Corporation. (2004) vol 26 (1). 41-54.

³⁴ Gross, James. J. *"Emotion Regulation Conceptual and Empirical Foundations"*. Handbook of Emotion Regulation : 60-65

kuatnya intensitas emosi positif atau negatif yang dirasakan, dapat menenangkan diri dari pengaruh psikologis yang timbul akibat intensitas yang kuat dari emosi, dapat memusatkan perhatian kembali dan mengorganisir diri sendiri untuk mengatur perilaku yang tepat untuk mencapai suatu tujuan.³⁵ Walden dan Smith menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan proses menerima, mempertahankan dan mengendalikan suatu kejadian, intensitas dan lamanya emosi dirasakan, proses fisiologis yang berhubungan dengan emosi, ekspresi wajah serta perilaku yang dapat diobservasi.³⁶

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi ialah suatu proses sadar maupun tak sadar untuk mengontrol serta menyesuaikan emosi yang muncul pada tingkat intensitas yang tepat, sehingga mencapai suatu tujuan yang meliputi kemampuan mengatur perasaan, reaksi fisiologis, cara berpikir seseorang, dan respon emosi (ekspresi wajah, tingkah laku dan nada suara) serta dapat dengan cepat menenangkan diri setelah kehilangan kontrol atas emosi yang dirasakan.

³⁵ Ibid hlm: 69-71

³⁶ Nisfiannoor, M. Kartika, Yuni. "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja". Jurnal Psikologi, (2004), vol 2 no 2:164-167

b. Aspek Regulasi Emosi

Menurut Gross ada empat aspek yang digunakan untuk menentukan kemampuan regulasi emosi seseorang yaitu:³⁷

- 1) *Strategies to emotion regulation (strategies)* ialah keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.
- 2) *Engaging in goal directed behavior (goals)* ialah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.
- 3) *Control emotional responses (impulse)* ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.
- 4) *Acceptance of emotional response (acceptance)* ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.

³⁷ Gross, J. J. *Emotion Regulation in Adulthood: Timing*, 225-230

c. Tahapan Regulasi Emosi

James J. Gross dan O.P Jhon mengemukakan bahwa ada lima tahapan regulasi emosi pada individu diantaranya:³⁸

- 1) Pemilihan Situasi (*Selection of The Situation*) digunakan individu untuk mempertimbangkan manfaat jangka panjang ketika memilih situasi tersebut. Pemilihan situasi melibatkan pemilihan emosi yang meningkat atau menurun tergantung situasi yang diharapkan.
- 2) Modifikasi situasi (*Modification of The Situation*) membantu individu untuk membentuk sebuah situasi yang diinginkan dan merupakan usaha yang secara langsung dilakukan untuk memodifikasi situasi agar efek emosinya teralihkan.
- 3) Terbukanya perhatian (*Deployment of Attention*) Situasi di mana individu mengetahui pengaruhnya terhadap emosi.
- 4) Perubahan kognitif (*Change Of Cognitions*) bagaimana individu dapat menilai situasi yang terjadi pada individu dengan mengubah emosi secara signifikan.
- 5) Penyesuaian respon (*Modulation Of Respon*) terjadi di ujung proses bangkitnya emosi. Dalam tahapan ini individu dapat menyembunyikan perasaannya yang sesungguhnya kepada orang lain.

³⁸ Gross, J. J. *Emotion Regulation in Adulthood; Timing*, 225-230

d. Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi

Hendrikson mengemukakan jika emosi pada setiap individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, begitu juga ketika individu harus mengatur kondisi emosinya. Faktor-faktor tersebut antara lain:³⁹

1) Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan tempat individu berada termasuk lingkungan keluarga, sekolah dan lingkungan masyarakat. Keharmonisan keluarga, kenyamanan di sekolah dan kondisi masyarakat yang kondusif akan sangat mempengaruhi perkembangan emosi.

2) Faktor Pengalaman

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

3) Jenis Kelamin

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

³⁹ Nisfiannoor, M. Kartika, Yuni. *"Hubungan Antara Regulasi Emosi....1 68-171*

perilaku agresif dan asertifnya, tidak seperti peran sosial laki-laki. Hal ini menyebabkan timbulnya kecemasan-kecemasan dalam dirinya. Secara otomatis perbedaan emosional antara pria dan wanita berbeda. Hasanat N. Menurut Eliot M. Benner dan Peter Salovey mengatakan bahwa wanita lebih sering berusaha mencari dukungan sosial untuk menghadapi distress sedangkan pria lebih memilih melakukan aktifitas fisik untuk mengurangi distress.

4) Usia

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

5) Perubahan Pandangan Luar

Perubahan pandangan luar dapat menimbulkan konflik dalam emosi seseorang. Seperti tidak konsistennya sikap dunia luar terhadap pribadi seseorang, membeda-bedakan wanita dan pria, dunia luar memanfaatkan kondisi ketidakstabilan seseorang untuk pengaruh yang negatif. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi emosi individu yaitu jenis kelamin, usia, perubahan pandangan luar, lingkungan, pengalaman, pola asuh orang tua, dan pengalaman traumatik.

6) Perubahan Jasmani

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

7) Pola Asuh Orang Tua

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

8) Pengalaman Traumatik

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

2. Guru Pendamping khusus

a. Pengertian Guru Pendamping Khusus

Guru pendamping khusus juga sering disebut Guru Pembimbing Khusus merupakan para tenaga profesional yang perannya teramat kompleks dalam proses pengajaran siswa penyandang disabilitas. Anak penyandang disabilitas merupakan anak bangsa yang tidak boleh didiskriminasikan hanya karena kondisinya yang berbeda dengan anak usia sebayanya. Anak berkebutuhan khusus biasanya mengenyam

pendidikan di SLB (Sekolah Luar Biasa) namun tidak jarang pula ada yang di sekolahkan ke lembaga formal reguler karena orang tuanya kurang paham dengan kondisi anaknya. Oleh karena itu dalam pengajaran terhadap peserta didik berkebutuhan khusus tersebut supaya berhasil maksimal dibutuhkan guru pendamping yang biasa disebut guru pembimbing khusus.⁴⁰

Dieni Zakia menyebutkan bahwa syarat menjadi guru pendamping khusus sesuai dengan pedoman penyelenggara pendidikan inklusif tahun 2007 adalah mereka yang memiliki latar belakang pendidikan khusus atau Pendidikan Luar Biasa (PLB) atau lulusan S1 atau sederajat yang diperoleh melalui perguruan tinggi yang menyelenggarakan program pendidikan tenaga kependidikan dan atau program kependidikan non pendidikan.⁴¹ Pendapat lain terkait pengertian guru pembimbing khusus yaitu disampaikan oleh Astuti, menurut Astuti dalam jurnal Apriastuti dan Karwanto guru pendamping khusus merupakan lulusan Pendidikan Luar Biasa atau S 1 Psikologi atau S1 Kependidikan yang telah memperoleh pelatihan intensif dalam pendidikan khusus atau pernah mengajar Anak Berkebutuhan Khusus dalam kelas pendidikan khusus.⁴²

⁴⁰ Falatansya, Fina. *“Peran Guru Pendamping Khusus Mengatasi Perilaku Hiperaktif Siswa Kelas III MI Muhammadiyah PK Kartasura.”* Skripsi tidak diterbitkan. Surakarta: Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2018.

⁴¹ Zakia, Dieni Laylatul. *“Guru Pendamping Khusus (GPK) Pilar Pendidikan Inklusi”*. Prosiding Serninar Nasional Pendidikan, (2015), ISBN: 978-979-3156-52-2: 110- 113

⁴² Sari, Dwinita. *“Peran Guru Pendamping Khusus dalam Mengatasi Dyslexia Siswa Muhammadiyah PK Kartosura”*. Skripsi tidak diterbitkan. Surakarta: Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2018.

Jadi, dapat disimpulkan bahwasannya guru pembimbing khusus atau guru pendamping khusus adalah tenaga pendidik profesional yang mendampingi belajar anak berkebutuhan khusus agar berkembang dan tumbuh secara optimal. Guru pendamping khusus merupakan kunci yang dapat membuka pintu masa depan bagi anak berkebutuhan khusus di kehidupannya kelak dalam masyarakat.

b. Kompetensi Guru Pendamping Khusus

Buku Pedoman Pembinaan Tendik Direktur PSLB mengungkapkan bahwa Kompetensi Guru pendamping khusus selain dilandasi oleh empat kompetensi guru yang utama (pedagogik, kepribadian, profesional, dan sosial), secara khusus juga berorientasi pada tiga kemampuan utama, yaitu:⁴³

- 1) Kemampuan umum (*general ability*) adalah kemampuan yang diperlukan untuk mendidik peserta didik pada umumnya (anak normal)
- 2) Kemampuan dasar (*basic ability*) adalah kemampuan yang diperlukan untuk mendidik peserta didik berkebutuhan khusus
- 3) Kemampuan khusus (*specific ability*) adalah kemampuan yang diperlukan untuk mendidik peserta didik kebutuhan khusus jenis tertentu (*spesialis*).

⁴³ Zakia, Dieni Laylatul. "Guru Pendamping Khusus (GPK):..... 110-113

Selain harus memperhatikan aspek-aspek pembelajaran, lebih khusus dalam pendidikan inklusi, seorang guru di sekolah dasar diharapkan mampu mengoptimalkan kinerjanya. Seorang guru inklusi disamping harus menguasai kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, juga harus menguasai kompetensi dasar, yaitu kompetensi yang diperlukan untuk mendidik siswa berkebutuhan khusus. Hal ini artinya bahwa seorang guru harus bertanggung jawab untuk mengupayakan bantuan dalam menjaring dan memberikan layanan pendidikan pada semua anak.⁴⁴

Dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus, guru kelas di sekolah dasar diharapkan memiliki beberapa kompetensi yaitu:⁴⁵

- a) Kompetensi melaksanakan penerimaan siswa baru yang mengakomodasi semua anak
- b) Kompetensi melaksanakan kurikulum yang fleksibel dan akomodatif
- c) Kompetensi merancang bahan ajar, kegiatan belajar mengajar dan menata kelas yang ramah anak
- d) Kompetensi pengadaan pemanfaatan media adaptif, dan melaksanakan evaluasi pembelajaran dalam setting pendidikan inklusi.

Oleh karena itu, seorang Guru Pendamping Khusus tidak hanya memerlukan empat kompetensi utama seorang guru (pedagogik, sosial,

⁴⁴ Mustofa, AMIN. *“Sikap Guru Kelas terhadap Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Dasar Inklusi Wilayah Kabupaten Magelang”*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2017.

⁴⁵ Aziz, Safrudin. 2014. *“Perpustakaan Ramah Difabel: Mengelola Layanan Informasi bagi Pemustaka Difabel”*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media

kepribadian, dan profesional) tetapi juga harus memiliki kompetensi khusus yang digunakan untuk menangani anak berkebutuhan khusus. Sehingga anak berkebutuhan khusus dalam belajar diarahkan sebaik mungkin dengan kompetensi yang dimiliki guru pembimbing khusus secara utuh.

c. Tugas Guru Pendamping Khusus

Pedoman Khusus Penyelenggaraan Inklusi tahun 2007 menuliskan bahwa tugas Guru Pendamping Khusus antara lain adalah:⁴⁶

- 1) Menyelenggarakan Administrasi Khusus yaitu mengadakan pencatatan atau perekaman dan dokumentasi segala unsur administrasi dari para siswa berkelainan dari sekolah terpadu atau inklusi, yang tidak termasuk lingkup administrasi umum dari sekolah atau lembaga pendidikan yang bersangkutan. Tugas itu antara lain mengadakan perekaman serta dokumentasi tentang :
 - a) Identitas anak-anak berkelainan,
 - b) Pengalaman dan kurnajuan anak-anak berkelainan,
 - c) Data keluarga, yaitu data tentang orang tua/wali dan data tentang sikap orang tua dan keluarga terhadap kelainan maupun terhadap pendidikan anak berkelainan, dan sebagainya, aspek-

⁴⁶ Hayati, Ipuk Rahrnah. "Pengelolaan Proses Pembelajaran bagi Anak Berkebutuhan Khusus pada Kelas Inklusi di SD Kepuhan Batul Tahun Pelajaran 2015/2016". *Jurnal Pendidikan ke-sd-an*, (2016), vol 2 no 3: 373-378

aspek lain yang tidak menjadi bagian dari administrasi persekolahan

- 2) Menyelenggarakan Asesmen yaitu mengadakan asesmen terhadap siswa berkelainan tentang kondisi dan tingkat kelainan anak, kondisi kesehatan anak, kemampuan akademik dan keterbatasan anak, kondisi psiko-sosial anak, bakat dan minat anak, dan prediksi tentang kemampuan dan kebutuhan anak di masa mendatang.
- 3) Menyusun Program Individual Program individual bagi siswa berkelainan disusun bersama dengan staf atau guru yang lain. Berdasarkan asesmen maka seorang Guru Pendamping Khusus menyusun program individual bagi siswa berkelainan sesuai dengan kondisi dan kebutuhan mereka.
- 4) Menyelenggarakan Kurikulum Plus yaitu memberikan bimbingan dan atau pengajaran pada para siswa berkelainan sebagai kebutuhan belajar mereka. Berbagai kegiatan dan atau latihan yang penting bagi siswa berkelainan tidak terdapat dalam kurikulum sekolah atau lembaga pendidikan umum. Oleh karena itu para siswa berkelainan dari sekolah atau lembaga pendidikan umum di sekolah atau lembaga bersangkutan juga mengikuti kegiatan dan atau latihan yang tercantum dalam kurikulum tambahan yang disebut kurikulum plus.

- 5) Mengajar Kompensatif yaitu suatu pengajaran yang dimaksudkan sebagai kompensasi dari kekurangan atau keterbatasan siswa berkelainan. Dalam perkembangan dan atau proses belajar siswa berkelainan, kadang-kadang terjadi salah konsep, keterlambatan, dan atau keterbatasan. Hal ini akan dapat diatasi dengan pengajaran kompensatif, yaitu dengan pengajaran remedial untuk kekeliruan konsep atau teknik yang keliru di dalam belajar. Tugas dari Guru Pendamping Khusus yakni mengadakan remediasi terhadap penyimpangan belajar, menyelenggarakan pengajaran cepat (akselerasi) terhadap siswa yang mengalami keterlambatan dan pengayaan bagi para siswa berkelainan.
- 6) Pembinaan Komunikasi Siswa Berkelainan Dalam rangka menjamin lancarnya program umum dari sekolah atau lembaga pendidikan yang bersangkutan, maka seorang Guru Pendamping Khusus memiliki tugas membina komunikasi siswa berkelainan dalam berinteraksi dengan para guru dalam proses belajar.
- 7) Pengadaan dan Pengelolaan Alat Bantu Pengajaran, alat bantu pengajaran yang khusus dibutuhkan oleh para siswa berkelainan perlu diadakan, digunakan, dirawat/disimpan. Pengadaan alat bantu pengajaran antara lain dengan cara mengajukan permintaan kepada yang berwenang, membeli atau membuat sendiri dari bahan-bahan sederhana, semua itu menjadi tugas Guru Pendamping Khusus. Oleh karena itu Guru Pendamping Khusus dituntut kreatif dan tekun

dalam mengusahakan pengadaan dan pengelolaan alat bantu pengajaran. Selain itu, Guru Pendamping Khusus bertugas sebagai pemandu, mengajarkan cara penggunaan alat-alat tersebut kepada siswa berkelainan, dan mengajarkan bagaimana merawat serta menyimpan akta bantu tersebut.

- 8) **Konseling keluarga** yaitu kelancaran proses belajar mengajar para siswa berkelainan akan lebih terjamin, jika mereka dibebaskan dari berbagai kendala yang mungkin timbul sebagai akibat hubungan yang tidak wajar dengan lingkungan mereka. Oleh karena itu perlu diusahakan adanya suasana yang baik dan wajar di dalam lingkungan keluarga mereka. Kesepadanan dan keselarasan suasana di sekolah dan suasana ramah merupakan kunci dari suasana belajar dan perkembangan positif setiap siswa, termasuk para siswa berkelainan. Oleh karena itu kunjungan dan konseling terhadap orang tua dan atau keluarga dari para siswa berkelainan merupakan salah satu tugas pokok dari seorang Guru Pendamping Khusus.
- 9) **Pengembangan Program**, Program pendidikan terpadu atau inklusi perlu dikembangkan dan dibina secara terus menerus. Oleh karena itu Guru Pendamping Khusus sebagai tenaga inti dalam sistem pendidikan terpadu/inklusi perlu ikut mengembangkan program tersebut dengan kegiatan-kegiatan antara lain:
 - a) **Penghimpunan data** tentang anak-anak berkelainan usia balita dan usia sekolah yang ada di wilayah sekitar sekolah.

- b) Mempersiapkan anak-anak berkelainan yang belum bersekolah dan terdapat di sekitar sekolah, untuk bersekolah sedini mungkin.
- c) Mengikuti pertemuan dan atau seminar para Guru Pendamping Khusus yang diselenggarakan secara periodik, minimal sebulan sekali. Pertemuan dan atau seminar ini adalah wahana untuk membicarakan dan berbagi pengalaman tentang berbagai kesulitan yang dihadapi di kancah, serta usaha untuk mengatasinya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka Guru Pendamping Khusus dalam melaksanakan tugas dan fungsinya harus memahami secara utuh dan mendalam serta tidak dapat digantikan oleh guru lain, sebab perannya berbeda dibandingkan dengan guru bidang studi lain. Oleh karena itu, dapat ditarik kesimpulan bahwa tugas seorang Guru Pendamping Khusus sangat kompleks dan perlu dipahami secara mendalam supaya dalam pelaksanaannya berjalan efektif.

3. Masa Pembelajaran *new normal*

Sebagai upaya untuk mencegah penyebaran Covid-19 pemerintah mengeluarkan kebijakan agar sekolah-sekolah meminta siswanya untuk belajar di rumah. Hal ini sesuai dengan ketetapan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia terkait Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat

Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19). Anwar Makarim menerbitkan Surat Edaran Terkait belajar dari rumah. Mendikbud menekankan bahwa pembelajaran dalam jaringan (daring) atau jarak jauh dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa. Mendikbud menganjurkan bagi daerah yang sudah melakukan belajar dari rumah agar dipastikan guru juga mengajar dari rumah untuk menjaga keamanan para guru.⁴⁷

Mendikbud dalam isi Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 itu juga menyatakan bahwa pembelajaran daring atau jarak jauh difokuskan pada peningkatan pemahaman siswa mengenai virus korona dan wabah Covid-19. Adapun aktivitas dan tugas pembelajaran dapat bervariasi antar siswa, sesuai minat dan kondisi masing-masing. Bukti aktivitas belajar diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dan berguna dari guru, tanpa diharuskan memberi skor atau nilai kuantitatif. Walaupun banyak sekolah menerapkan belajar dari rumah, bukan berarti guru hanya memberikan pekerjaan saja kepada peserta didik, tetapi juga ikut berinteraksi dan berkomunikasi membantu peserta didik dalam mengerjakan tugas-tugas mereka.⁴⁸

Jika sebelumnya ada banyak sekali sekolah yang sudah menggunakan teknologi dalam pembelajaran, maka dalam kondisi yang tidak biasa ini, semua sekolah di Indonesia dipaksa untuk menerapkan

⁴⁷ Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19).

⁴⁸ Ibid

teknologi dalam proses belajar mengajar. Ada banyak kendala yang dihadapi oleh siswa dalam menggunakan teknologi dalam proses pembelajaran jarak jauh, khususnya untuk para siswa dengan kondisi ekonomi yang tidak memungkinkan orang tua peserta didik untuk memiliki *smartphone* dan harus membeli kuota internet guna mengakses internet setiap hari. Pendidikan karakter melalui sekolah jarak jauh di saat peserta didik sedang *school from home* (sekolah dari rumah) dapat tetap dikawal dan dikontrol oleh para guru. Guru dapat pula memberikan penghargaan kepada siswa yang berprestasi setidaknya dengan mengucapkan selamat di group *WhatsApp* peserta didik, dan memberikan hukuman melalui *WhatsApp* secara pribadi agar nama baik siswa tetap terjaga dan anak tidak merasa direndahkan di depan teman-temannya. Peserta didik juga dapat diberikan ucapan selamat jika mengerjakan tugas tepat waktu dan diberikan hukuman jika terlambat mengerjakan tugas sebagai bentuk penanaman karakter disiplin.

Media pembelajaran yang cocok selama pandemi diantaranya:

- a. Guru memaparkan materi melalui video pembelajaran
- b. Guru meringkas materi menggunakan PPT
- c. Guru dapat sesekali melakukan kegiatan tatap muka secara virtual
- d. Untuk guru pendamping dapat menggunakan buku modul yang telah disusun sesuai dengan kebutuhan anak berkebutuhan khusus

Sedangkan metode pembelajaran yang cocok selama pandemi ada 6, yaitu:⁴⁹

- a. *Project Based Learning* Metode *project based learning* ini diprakarsai oleh hasil implikasi dari Surat Edaran Mendikbud no.4 tahun 2020. *Project based learning* ini memiliki tujuan utama untuk memberikan pelatihan kepada pelajar untuk lebih bisa berkolaborasi, gotong royong, dan empati dengan sesama.

Menurut Mendikbud, metode *project based learning* ini sangat efektif diterapkan untuk para pelajar dengan membentuk kelompok belajar kecil dalam mengerjakan proyek, eksperimen, dan inovasi. Metode pembelajaran ini sangatlah cocok bagi pelajar yang berada pada zona kuning atau hijau. Dengan menjalankan metode pembelajaran yang satu ini, tentunya juga harus memerhatikan protokol kesehatan yang berlaku.

- b. *Daring Method* Untuk menyiasati ketidak kondusifan di situasi seperti ini, metode daring bisa dijadikan salah satu hal yang cukup efektif untuk mengatasinya. Metode daring bisa mengatasi permasalahan yang terjadi selama pandemi ini berlangsung.

Metode ini rupanya bisa membuat para siswa untuk memanfaatkan fasilitas yang ada di rumah dengan baik. Seperti halnya membuat konten dengan memanfaatkan barang-barang di sekitar rumah maupun mengerjakan seluruh kegiatan belajar melalui sistem online.

⁴⁹ Ibid

Metode daring ini sangatlah cocok diterapkan bagi pelajar yang berada pada kawasan zona merah. Dengan menggunakan metode *full daring* seperti ini, sistem pembelajaran yang disampaikan akan tetap berlangsung dan seluruh pelajar tetap berada di rumah masing-masing dalam keadaan aman

- c. *Luring Method* yang dimaksud pada model pembelajaran yang dilakukan di luar jaringan. Dalam artian, pembelajaran yang satu ini dilakukan secara tatap muka dengan memperhatikan zonasi dan protokol kesehatan yang berlaku. Metode ini sangat cocok untuk pelajar yang berada di wilayah zona kuning atau hijau terutama dengan protokol ketat *new normal*.

Dalam metode ini siswa akan diajar secara bergiliran (*shift model*) agar menghindari kerumunan. Model pembelajaran Luring ini disarankan oleh Mendikbud untuk memenuhi penyederhanaan kurikulum selama masa darurat pandemi ini. Metode ini dirancang untuk menyalurkan penyampaian kurikulum agar tidak berbelit saat disampaikan kepada siswa. Selain itu, pembelajaran yang satu ini juga dinilai cukup baik bagi mereka yang kurang memiliki sarana dan prasarana mendukung untuk sistem daring.

- d. *Home Visit Method* merupakan salah satu opsi pada metode pembelajaran saat pandemi ini. Metode ini mirip seperti kegiatan belajar mengajar yang disampaikan saat *home schooling*. Jadi, pengajar mengadakan *home visit* di rumah pelajar dalam waktu tertentu.

Metode ini disarankan oleh Kepala Bidang Kemitraan Fullday Daarul Qur'an, Dr. Mahfud Fauzi, M.Pd yang mana sangat pas untuk pelajar yang kurang memiliki kesempatan untuk mendapatkan seperangkat teknologi yang memadai. Dengan demikian, materi yang akan diberikan kepada siswa bisa tersampaikan dengan baik. Karena materi pelajaran dan keberadaan tugas yang diberikan bisa terlaksana dengan baik.

- e. *Integrated Curriculum* Metode pembelajaran ini disampaikan oleh anggota Komisi X DPR RI Prof. Zainuddin Maliki. Mantan Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya ini menyampaikan bahwa pembelajaran akan lebih efektif bila merujuk pada *project base*. Yang mana, setiap kelas akan diberikan proyek yang relevan dengan mata pelajaran terkait.

Metode pembelajaran yang satu ini tidak hanya melibatkan satu mata pelajaran saja, namun juga mengaitkan metode pembelajaran lainnya. Dengan menerapkan metode ini, selain pelajar yang melakukan kerjasama dalam mengerjakan proyek, dosen lain juga diberi kesempatan untuk mengadakan *team teaching* dengan dosen pada mata kuliah lainnya. *Integrated curriculum* bisa diaplikasikan untuk seluruh pelajar yang berada di semua wilayah, karena metode ini akan diterapkan dengan sistem daring. Jadi pelaksanaan *integrated curriculum* ini dinilai sangat aman bagi pelajar.

f. *Blended Learning* Metode adalah metode yang menggunakan dua pendekatan sekaligus. Dalam artian, metode ini menggunakan sistem daring sekaligus tatap muka melalui video *converence*. Jadi, meskipun pelajar dan pengajar melakukan pembelajaran dari jarak jauh, keduanya masih bisa berinteraksi satu sama lain.

Banyak dari kita masih sangat asing mendengar pendidikan inklusi. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 70 Tahun 2009, pendidikan inklusi memiliki arti pendidikan yang diselenggarakan untuk memberikan pendidikan yang layak bagi anak-anak yang memiliki kelainan ataupun hambatan dengan tujuan agar mereka bisa memiliki potensi kecerdasan, bakat dan minat istimewa di dalam dirinya pada satu lingkungan pendidikan bersama-sama dengan peserta didik lainnya yang dimana pelaksanaan pendidikan inklusi di Indonesia menggunakan sistem layanan pendidikan yang mengikutsertakan anak berkebutuhan khusus belajar bersama dengan anak sebayanya di sekolah reguler.

Pada masa pandemi covid-19 ini, membuat setiap sekolah inklusi memaksa proses pembelajaran anak berkebutuhan khusus dilakukan dengan sistem daring atau online. Hal ini menjadi hambatan dan memiliki impact yang sangat luar biasa bagi anak berkebutuhan khusus yang dimana semua aktivitas belajar dilakukan di rumah dengan sistem online (daring). Pembelajaran online ini juga menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua dari anak berkebutuhan khusus dan guru yang saling bekerjasama, demi

memberikan layanan pendidikan yang layak dan setara dengan pendidikan yang dilakukan di sekolah sebelum masa pandemi ini. Pelaksanaan pendidikan inklusi di rumah melibatkan peran aktif orang tua dalam perkembangan anak dikarenakan orang tua merupakan pilar penting dalam mengembangkan potensi diri dari anak *special needed* dengan bersinergi bersama guru.⁵⁰

Untuk itu guru sekolah inklusi harus menjalin komunikasi yang baik dengan para orang tua anak berkebutuhan khusus. Cara yang terbaik untuk menumbuhkan komunikasi tersebut dengan menyakinkan bahwa setiap informasi apapun yang disampaikan kepada orang tua anak berkebutuhan khusus itu merupakan hal yang sangat berharga, bertanya dengan efektif dan memberikan pemahaman bahwa apapun yang dilakukan di sekolah hanya untuk memberikan perkembangan yang baik bagi anak didik sehingga anak berkebutuhan khusus menjadi pribadi yang lebih baik. Metode intervensi anak berkebutuhan khusus dalam keluarga memberi perlakuan anak berkebutuhan khusus dengan disesuaikan kondisi dan usianya, bersikap sabar dan mengupayakan untuk memberikan peralatan edukasi atau stimulasi belajar bagi anak berkebutuhan khusus, berorientasi dengan perkembangan belajar anak berkebutuhan khusus, memperkenalkan lingkungan rumah, melatih anak berkebutuhan khusus dengan pekerjaan sesuai kemampuannya, mengikutsertakan anak berkebutuhan khusus dalam kegiatan di rumah, memperkenalkan identitas

⁵⁰ <https://m.mediaindonesia.com/read/detail/298260-belajar-di-masa-pandemi>

anak berkebutuhan khusus, memberikan tugas mandiri seperti melipat selirnut setelah bangun tidur atau membuang sampah pada tempatnya, memberikan pembiasaan dalam aktivitas bina diri dengan cara mandiri tanpa bantuan dari orang tua, menanamkan di dalam dirinya motivasi untuk selalu tidak mudah menyerah dan putus asa serta selalu semangat ketika menghadapi masalah, mengembangkan bakat yang dominan di dalam diri anak berkebutuhan khusus, memberikan edukasi tentang membedakan kegiatan yang baik dan kegiatan yang buruk untuk dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.⁵¹

Di masa pandemi seperti ini, kegiatan pembelajaran online merupakan alternatif yang bisa dilakukan untuk tetap memberikan pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus dengan berbekal aplikasi sosial media yang ada di gadget yang digunakan saat ini seperti *whatsapp*, *zoom* maupun aplikasi *video call* lainnya, guru juga bisa memberikan pembelajaran kepada orang tua dan *assessment* orang tua dengan memberikan laporan berupa foto atau video kegiatan anak berkebutuhan khusus selama melakukan kegiatan di rumah. Kegiatannya juga bisa berupa kegiatan *lifeskill* seperti mencuci piring, memasak, menyapu, melatih keterampilan dan motorik anak. Untuk orang tua yang tidak memiliki gadget, maka guru bisa berkunjung ke rumah peserta didik dengan memperhatikan prosedur protokol kesehatan yang sudah ditetapkan oleh pemerintah.

⁵¹ Ibid

4. Regulasi Emosi Guru Pendamping Khusus di Masa Pembelajaran New Normal

Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk menyadari dan mengatur pikiran dan perilakunya dalam emosi yang berbeda, baik emosi yang positif maupun emosi yang negatif. Seseorang dengan kemampuan regulasi emosi yang baik mampu mengendalikan dorongan untuk tidak melakukan perilaku impulsif, individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, marah atau bahkan seperti membahayakan diri, perilaku sembrono, atau agresif fisik saat mengalami tekanan emosional. Perilaku tersebut dapat membantu individu mempercepat dalam pemecahan suatu masalah. Pengekspresian emosi, baik negatif ataupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat.⁵²

Guru pendamping khusus adalah guru khusus yang bertugas di sekolah umum, memberikan bimbingan dan pelayanan pada anak berkebutuhan khusus yang mengalami kesulitan dalam mengikuti pendidikan di sekolah yang menyelenggarakan program pendidikan terpadu dan merupakan tenaga kependidikan yang khusus dipersiapkan untuk pendidikan tersebut.⁵³ Terkait Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020 tentang

⁵² Hayati, Ipuk Rahmah. “*Pengelolaan Proses Pembelajaran bagi Anak Berkebutuhan Khusus pada Kelas Inklusi di SD Kepuhan Batul Tahun Pelajaran 2015/2016*”. *Jurnal Pendidikan ke-sd-an*, (2016), vol 2 no 3: 313-378

⁵³ Ibid

Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19). Anwar Makarim menerbitkan Surat Edaran Terkait belajar dari rumah.

Mendikbud menekankan bahwa pembelajaran dalam jaringan (daring) atau jarak jauh dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa. Mendikbud rnenganjurkan bagi daerah yang sudah melakukan belajar dari rumah agar dipastikan guru juga mengajar dari rumah untuk menjaga keamanan para guru. Mendikbud dalam isi Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 itu juga rnenyatakan bahwa pembelajaran daring atau jarak jauh difokuskan pada peningkatan pemahaman siswa mengenai virus korona dan wabah Covid-19. Pada masa pandemi covid-19 ini, membuat setiap sekolah inklusi memaksa proses pernbelajaran anak berkebutuhan khusus dilakukan dengan sistem daring atau online.⁵⁴

Hal ini menjadi hambatan dan memiliki impact yang sangat luar biasa bagi anak berkebutuhan khusus yang dimana semua aktivitas belajar dilakukan di rumah dengan sistem online (daring). Pembelajaran online ini juga rnenjadi tantangan tersendiri bagi orang tua dari anak berkebutuhan khusus dan guru yang saling bekerjasama, demi mernberikan layanan pendidikan yang layak dan setara dengan pendidikan yang dilakukan di sekolah sebelum masa pandemi ini. Pelaksanaan pendidikan inklusi di

⁵⁴ Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19).

rumah melibatkan peran aktif orang tua dalam perkembangan anak dikarenakan orang tua merupakan pilar penting dalam mengembangkan potensi diri dari anak *special needed* dengan bersinergi bersama guru.

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa seorang guru atau pendidik harus mempunyai regulasi emosi yang baik terutama pada masa pembelajaran *new normal* di masa pandemi ini. Terutama bagi Guru Pendamping Khusus, tugas kerja seorang guru pendamping khusus yaitu salah satunya memberikan layanan yang intensif untuk perkembangan anak didiknya anak berkebutuhan khusus. Bila Guru Pendamping Khusus tidak paham bagaimana pengungkapan emosi yang sedang ia alami maka hal ini akan berdampak tidak baik untuk kemajuan atau perkembangan anak berkebutuhan khusus. Seorang anak akan meniru atau bahkan akan muncul rasa traumatik terhadap apapun yang Guru Pendamping Khusus lakukan dalam tindakan belajar. Bila Guru Pendamping Khusus dapat mengelola emosinya dengan baik maka hal ini akan menekan tingkat serta keintensitasan anak mengalami tantrum.