

**STRATEGI *COPING STRES* GURU DALAM
MENANGANI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
DI SEKOLAH LUAR BIASA *THE NANNY CHILDREN*
CENTER GAMPONG KEURAMAT KECAMATAN
KUTA ALAM KOTA BANDA ACEH**

SKRIPSI

Maulidia

NIM. 210402057

Prodi Bimbingan dan Konseling Islam



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
BANDA ACEH - DARUSSALAM
2025M/1447H**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

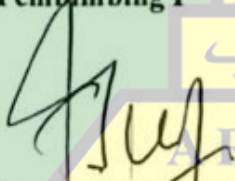
Oleh

Maulidia

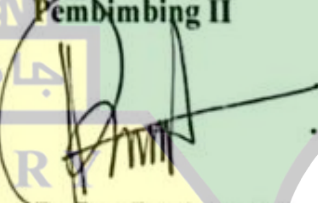
NIM. 210402057

Disetujui Oleh:

Pembimbing I


Ismiati, S. Ag., M. Si., Ph.D
NIP. 197201012007102001

Pembimbing II


Rofiq Duri, M. Pd
NIP. 199106152020121008

SKRIPSI

Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry dan
Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai Tugas Akhir untuk
Memperoleh Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah

Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Diajukan Oleh:

Maulidia

NIM. 210402057

Pada Hari/ Tanggal

Rabu, 20 Agustus 2025

26 Safar 1447 H

di

Darussalam – Banda Aceh

Panitia Sidang Munaqasyah

Ketua

Ismiati, S. Ag, M. Si., Ph.D

NIP. 197201012007102001

Sekretaris

Roliga Duri, M. Pd

NIP. 199106152020121008

Penguji I

Dr. Mira Fauziah, M.Ag

NIP. 197203111998032002

Penguji II

Zamratul Aini, M.Pd

NIP. 199102102025212021

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Ar-Raniry



Dr. Kusmanwati Hatta, M.Pd.

NIP. 196412241984122001

LEMBAR PENYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya:

Nama : Maulidia
Nim : 210402057
Jenjang : S1
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam Skripsi berjudul “Strategi *Coping Stres* Guru dalam Menangani Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa *The Nanny Children Center* Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh” ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 1 Juni 2025
Yang Menyatakan,



Maulidia
NIM. 210402057

ABSTRAK

Penelitian ini didasarkan pada gejala stres yang dialami guru di Sekolah Luar Biasa *The Nanny Children Center* (SLB TNCC) karena tuntutan emosional, perilaku dan fisik saat menghadapi anak berkebutuhan khusus (ABK) yang rumit dan beragam. Oleh karena itu, penting untuk memahami strategi *coping stres* yang digunakan oleh guru SLB TNCC dalam menghadapi tantangan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor stres yang dialami guru, hambatan guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus, dan strategi *coping stres* yang digunakan oleh guru dalam menangani ABK di SLB TNCC. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan metode deskriptif analisis. Adapun jumlah informan dalam penelitian ini sebanyak delapan guru yang memenuhi kriteria dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik pengolahan dan analisis data yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Faktor stres guru di SLB TNCC meliputi: adanya perbedaan jenis ketunaan dalam satu kelas, tuntutan menyelesaikan metode pembelajaran, perilaku tantrum ABK, serta beban administrasi dan kelelahan yang tinggi. (2) Hambatan yang dihadapi guru SLB TNCC antara lain: kurangnya kolaborasi dan dukungan dari orang tua, kesulitan berkomunikasi ABK, dan keterbatasan fasilitas. (3) Strategi *coping stres* yang digunakan seperti melalui pendekatan spiritual, menenangkan diri sejenak, beraktivitas positif, berkolaborasi dengan rekan kerja dan orang tua, serta mencari dukungan sosial dan melalui perencanaan pembelajaran individual. Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan strategi *coping* yang tepat dapat membantu guru mengelola stres dan meningkatkan efektivitas pengajaran, serta memberikan kontribusi dalam pengembangan program psikologis dan pelatihan *coping* untuk guru di SLB.

Kata Kunci: **Strategi, *Coping Stres*, Guru SLB, Anak Berkebutuhan Khusus.**

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, kesehatan, serta kekuatan yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Strategi Coping Stres Guru dalam Menangani Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa The Nanny Children Center Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh**”. Shalawat serta salam juga penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW, sosok mulia yang telah membawa umat manusia keluar dari zaman kegelapan menuju kehidupan yang terang benderang dengan ilmu pengetahuan sebagaimana yang kita rasakan saat ini. Penulisan skripsi ini ditujukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S-1) pada Fakultas Dakwah dan Komuniiasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Dalam proses penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak dukungan, baik berupa ilmu, bimbingan, maupun arahan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan apresiasi dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT. yang sudah memberikan segala kemudahan dalam proses penulisan skripsi ini.
2. Teristimewa, penulis sampaikan ucapan terima kasih setulus-tulusnya kepada kedua orangtua yang paling berharga dalam hidup saya, yaitu

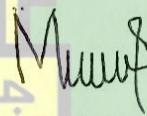
Kepada Ayahanda yang tercinta Abdulah Amin serta kepada pintu surga saya Umi Marni tercinta karena berkat keduanya, hidup penulis menjadi lebih mudah dan lancar. Kepada saudara kandung tersayang Abang Muyasir S.Pd, Kakak Amilia S.T, dan Adik Ayu Faradila. Terima kasih atas semua pengorbanan, dukungan, serta do'a baik yang tidak pernah terputus dipanjatkan untuk kebaikan dan kekuatan bagi penulis.

3. Kepada Ibu Ismiati, S. Ag., M. Si., Ph.D selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam dan sebagai Pembimbing I serta Bapak Rofiq Duri, M. Pd selaku Sekretaris Prodi Bimbingan Konseling Islam dan sebagai Pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing dan memberikan arahan dalam proses penelitian sampai terselesaikannya skripsi.
4. Kepada Dekan dan Civitas akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang bersedia membantu dan mengarahkan penulis.
5. Kepada ibu Dr. Zalikha, M.Ag., selaku penasehat akademik selama perkuliahan penulis di Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam yang membantu dan mengarahkan penulis.
6. Seluruh Dosen dan Karyawan Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan dukungan serta memberikan ilmu dan bimbingan kepada penulis.
7. Kepada Kepala Sekolah Luar Biasa *The Nanny Children Center*, Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Terima

kasih saya ucapkan kepada seluruh guru yang telah berkenan menjadi informan dalam penelitian ini.

8. Terkhusus, ucapan terima kasih kepada seluruh sahabat tersayang dan teman-teman seperjuangan yang telah kebersamaian dihidup yang penuh warna ini dengan selalu memberikan bantuan, kebahagiaan, dan kasih sayangnya.
9. Terakhir, berterima kasih kepada diri saya Maulidia yang sudah bertahan sejauh ini, tidak menyerah, terus mencoba dan belajar. Terima kasih sudah melibatkan Allah SWT dalam setiap perjalananmu dan telah menemukan kekuatan di dalam ketidakpastian dan kegagalan. Banyak hal yang nggak bisa kita pastikan, *and that's okay!* kita tetap aja bisa menemukan harapan lagi.

Banda Aceh, 1 Juni 2025
Yang Menyatakan,



Maulidia

NIM. 210402057

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTARGAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Istilah Penelitian/Penjelasan Konsep.....	8
BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN.....	11
A. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	11
B. Kajian Teori.....	13
1. Stres.....	13
a. Pengertian Stres	13
b. Jenis-jenis Stres.....	14
c. Faktor-faktor Stres	14
d. Dampak Stres pada Manusia.....	16
e. Gejala Stres	17
2. Strategi <i>Coping</i>	18
a. Pengertian Strategi <i>Coping</i>	18
b. Macam-macam <i>Coping</i>	20
c. Bentuk-bentuk Strategi <i>Coping</i>	21
d. Mekanisme <i>Coping</i>	22
3. Guru	24
a. Pengertian Guru	24
b. Kompetensi Guru.....	25
c. Peran dan Tugas Guru.....	26
4. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)	27

a. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus	27
b. Jenis-jenis Anak Berkebutuhan Khusus	28
c. Faktor-faktor yang mempengaruhi Anak Berkebutuhan Khusus	30
d. Metode Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
A. Pendekatan dan Metode Penelitian	34
B. Informan Penelitian dan Teknik Pengambilan Sampel	35
C. Teknik Pengumpulan Data	36
D. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	42
1. Sejarah berdirinya Sekolah Luar Biasa <i>The Nanny Children Center</i>	42
2. Profil SLB TNCC Kota Banda Aceh	44
3. Visi, Misi dan Tujuan SLB TNCC Kota Banda Aceh	45
4. Struktur Kepengurusan Organisasi SLB TNCC Kota Banda Aceh.....	48
5. Data Guru SLB TNCC Kota Banda Aceh	49
6. Data Siswa SLB TNCC Kota Banda Aceh	50
7. Sarana dan Prasarana SLB TNCC Kota Banda Aceh.....	51
B. Hasil Penelitian.....	52
C. Pembahasan	69
BAB V PENUTUP.....	79
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN.....	85

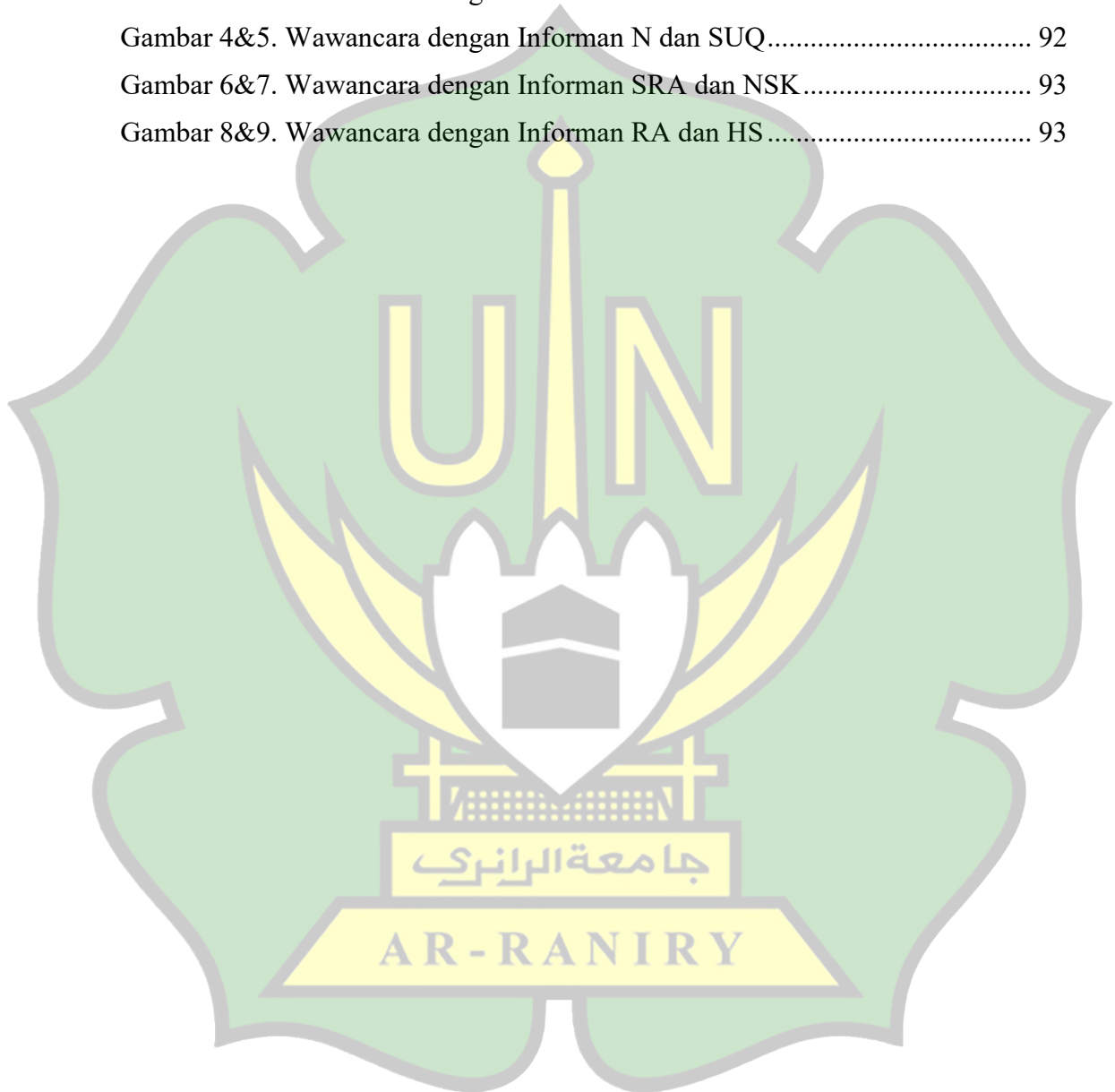
DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Data Guru SLB TNCC Kota Banda Aceh	49
Tabel 4.2 Data Siswa SLB TNCC Kota Banda Aceh	50
Tabel 4.3 Sarana dan Prasarana SLB TNCC Kota Banda Aceh	51
Tabel 1. Pedoman Observasi.....	88



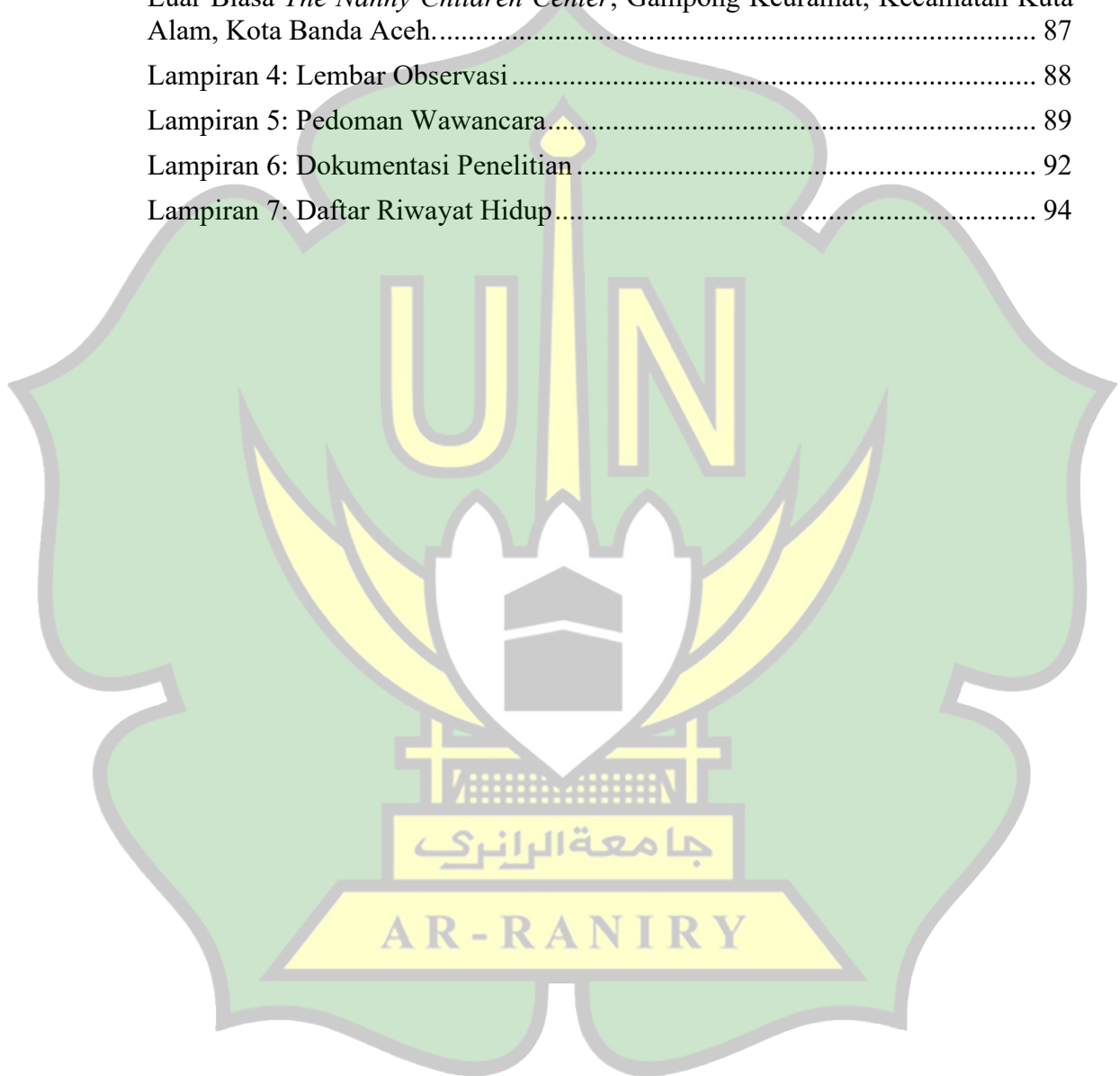
DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Struktur Organisasi SLB TNCC.....	48
Gambar 1&2. Observasi Interaksi Guru dalam menangani ABK.....	92
Gambar 3&4. Wawancara dengan Informan M dan WG	92
Gambar 4&5. Wawancara dengan Informan N dan SUQ.....	92
Gambar 6&7. Wawancara dengan Informan SRA dan NSK.....	93
Gambar 8&9. Wawancara dengan Informan RA dan HS	93



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Keputusan Pembimbing	85
Lampiran 2: Surat Izin Penelitian dari Fakultas	86
Lampiran 3: Surat Keterangan Telah Selesai Melakukan Penelitian dari Sekolah Luar Biasa <i>The Nanny Children Center</i> , Gampong Keuramat, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh.....	87
Lampiran 4: Lembar Observasi.....	88
Lampiran 5: Pedoman Wawancara.....	89
Lampiran 6: Dokumentasi Penelitian.....	92
Lampiran 7: Daftar Riwayat Hidup.....	94



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Guru adalah profesi yang menuntut keahlian khusus dalam melaksanakan proses pembelajaran secara efektif. Khususnya, guru di Sekolah Luar Biasa (SLB) termasuk dalam kelompok tenaga pendidik yang memiliki risiko tinggi terhadap stres kerja, terutama jika tidak diimbangi dengan kemampuan manajemen stres yang baik. Guru SLB harus memiliki banyak kesabaran dalam mengajar siswanya yang berkebutuhan khusus. Selain itu, stres sangat rentan terjadi pada guru SLB karena sumber stresnya lebih banyak terjadi dibandingkan di sekolah reguler.

Pendidikan mencakup seluruh pengalaman belajar yang dilakukan individu di berbagai lingkungan dan sepanjang hidupnya, yang berperan dalam membentuk perkembangan diri.¹ Sementara itu, pendidikan inklusif merupakan suatu yang memberikan kesempatan kepada semua anak untuk belajar bersama tanpa memandang latar belakang mereka. Hal ini menegaskan bahwa setiap anak memiliki hak yang sama untuk mendapatkan pendidikan yang layak, termasuk mereka yang memiliki kebutuhan khusus seperti penyandang disabilitas, kendala ekonomi, permasalahan sosial, hambatan geografis, dan lainnya.²

¹ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, Cet. 1, (Yogyakarta: Psikosain, 2016), hal. 124.

² Ediyanto, (dkk), *Pendidikan Inklusif dan Guru Pembimbing Khusus di Indonesia*, Cet. 1, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2021), hal. 17.

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang berbeda dengan anak pada umumnya atau anak seusianya, seorang anak disebut kebutuhan khusus jika ia memiliki suatu kekurangan atau kelebihan. Anak berkebutuhan khusus bukanlah anak yang sakit, mereka adalah anak yang mempunyai kelainan.³ Bagi mereka, pendidikan bukan hanya sebuah kebutuhan, namun juga merupakan hal yang tak terelakkan bagi cita-cita masa depan mereka.

Menjadi guru di SLB memerlukan pemahaman tentang kondisi anak didik, baik kesehatan mental maupun fisik, serta memahami kebutuhan anak berkebutuhan khusus. Guru perlu mengerti kebutuhan anak berkebutuhan khusus dalam belajar dan cara mengatasi masalah yang dihadapi. Salah satu upaya untuk mengurangi stres kerja guru adalah dengan menggunakan strategi *coping stres*.

Menurut Lazarus *coping* adalah bentuk upaya yang dilakukan individu untuk menghadapi dan mengelola masalah, yang disesuaikan dengan kapasitas atau kemampuan pribadi masing-masing.⁴ *Coping* merupakan usaha untuk mengatasi atau berurusan dengan masalah berdasarkan kemampuan individu.⁵ Dalam Islam, coping berarti menghadapi keadaan dengan cara yang sesuai dengan kemampuan diri. Stres merupakan reaksi seseorang terhadap situasi dan peristiwa (stresor) yang mengancam dan menuntut kemampuan *coping* individu tersebut.⁶

³ Irdamurni, *Memahami Anak Berkebutuhan Khusus*, Cet. 1, (Jawa Barat: Goresan Pena, 2016), hal. 4.

⁴ Richard S. Lazarus & Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping*, (New York: Springer Publishing Company, 1998), hal. 181.

⁵ Juli Andriyani "Strategi *Coping Stres* dalam Mengatasi Problema Psikologis". *Jurnal At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(2), 2019, hal. 38.

Dalam ajaran Islam, tekanan hidup atau stres dipandang sebagai sebuah cobaan dari Allah SWT yang bertujuan untuk menguji tingkat kesabaran serta keimanan seorang hamba. Allah SWT berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 153:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman! Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sungguh, Allah beserta orang-orang yang sabar”.⁷

QS. Al-Baqarah ayat 153 menekankan pentingnya sabar dan salat dalam menghadapi ujian. Dalam konteks guru SLB, ayat ini relevan sebagai dasar *coping* stres secara religius, di mana kesabaran dan salat menjadi sarana untuk menenangkan diri dan memperoleh kekuatan spiritual dalam menghadapi tantangan saat menangani anak berkebutuhan khusus.

Coping stres adalah proses di mana orang belajar mengubah pikiran dan perilaku mereka untuk mengelola stres. Ini adalah upaya untuk mengurangi dampak negatif dari stres, dan setiap orang memiliki cara dan kemampuan berbeda dalam menghadapinya.⁸ Menurut Lazarus dan Folkman, secara umum strategi *coping* dapat diklasifikasikan menjadi dua jenis. Pertama, strategi *coping* yang berfokus pada masalah (*problem-focused coping*), yaitu pendekatan yang

⁶ John W. Santrock, *Perkembangan Anak (Edisi Kesebelas): Jilid 2*, (Jakarta: Gelora Aksara Pratama, 2007), hal. 24.

⁷ Al-Quran, QS. Al-Baqarah: 153.

⁸ Riry Ambarsarie, Elvira Yunita dan Mardhatillah Sariyanti, *Strategi Coping Stress Pada Generasi Z*, Cet. 1 (Bengkulu: UPP FKIP UNIB, 2021), hal. 10.

dilakukan untuk menyelesaikan atau mengatasi sumber masalah secara langsung. Kedua, strategi *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*), yaitu upaya untuk mengelola atau meredakan respon emosional terhadap stres tanpa mencoba mengubah penyebab stres itu sendiri.

Strategi *coping* bertujuan untuk mengatasi situasi yang sulit dan menantang. Cara seseorang menghadapi masalah tergantung pada sumber daya yang mereka miliki.⁹ Setiap orang memiliki reaksi yang berbeda dalam menghadapi stres. Hal inilah yang dimaksud dengan usaha *coping stres*, sehingga setiap orang memiliki kemampuan *coping stres* yang berbeda-beda.

Strategi *coping stres* sangat penting untuk mengurangi stres seseorang, terutama bagi guru di SLB. Mereka menghadapi berbagai jenis stres, seperti tuntutan emosional saat berhadapan dengan tantrum, agresi, dan perilaku anak berkebutuhan khusus. Selain itu, tuntutan fisik juga ada, seperti kelelahan akibat aktivitas tinggi dan kebutuhan untuk selalu waspada. Tuntutan administratif, seperti menyusun laporan kemajuan setiap anak, pertemuan dengan orang tua, dan koordinasi dengan tim medis, juga menambah beban stres yang mereka hadapi.¹⁰

Berdasarkan hasil observasi awal di SLB TNCC guru mengalami stres saat menangani ABK ditunjukkan melalui tanda emosional, perilaku dan fisik. Gejalanya meliputi perubahan suasana hati, cemas, panik, kelelahan emosional,

⁹ Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya", Jurnal Konseling Andi Matappa, 1(2), 2017, hal. 102.

¹⁰ Zackharia Rialmi, *Manajemen Konflik Dan Stress*, (Jawa barat: Widina Bhakti Persada Bandung, 2021), hal. 66.

mudah marah, mudah tersinggung, pikiran bingung, menarik diri, serta kesulitan mengendalikan emosi saat menghadapi perilaku ABK. Guru juga merasa cemas dan kewalahan dengan tuntutan penyesuaian metode pembelajaran. Gangguan perilaku seperti mondar mandir dan gangguan fisik seperti berkeringat, wajah lelah, sakit kepala, lemas, dan sakit punggung.¹¹

Di SLB TNCC, guru tidak hanya harus memberikan pembelajaran akademik tetapi juga mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa. Stres kerja ini perlu diatasi agar tidak mengganggu kualitas pengajaran. Peneliti mengamati respons guru terhadap stres, yang muncul dari faktor internal dan eksternal.¹²

Fokus utama melihat permasalahan tersebut, penelitian ini membuktikan pentingnya strategi *coping stres* bagi guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus, strategi ini diperlukan untuk mengurangi risiko berbahaya dari stres. Fokusnya adalah mengidentifikasi strategi *coping* yang digunakan guru dukungan strategi tersebut dalam menjalankan tugas mereka. Stres yang dialami guru di SLB perlu dikelola dengan baik agar mereka bisa bekerja secara efektif.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam berkaitan dengan cara mengatasi stres yang akan digunakan guru dalam menangani ABK dengan demikian peneliti mengangkat judul penelitian: **“Strategi *Coping Stres* Guru dalam Menangani Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa *The Nanny Children Center* Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh”.**

¹¹ Hasil Studi Awal, 12 Februari 2024.

¹² Hasil Observasi, 14 Februari 2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas untuk memperjelas permasalahan yang diteliti, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apa saja faktor-faktor yang membuat guru di SLB TNCC mengalami stres dalam menangani muridnya?
2. Hambatan apa saja yang dialami oleh guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus di SLB TNCC?
3. Bagaimana strategi *coping stres* guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus di SLB TNCC?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui faktor-faktor yang membuat guru di SLB TNCC mengalami stres dalam menangani muridnya.
2. Untuk mengetahui hambatan yang dialami guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus di SLB TNCC.
3. Untuk mengetahui strategi *coping stres* guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus di SLB TNCC.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis

- a. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat mengkaji informasi sebagai acuan untuk menambah wawasan atau sudut pandangan baru dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam, khususnya terkait strategi *coping stres* guru yang digunakan oleh guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus.
- b. Diharapkan dapat menambah literature keilmuan tentang strategi *coping stres*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Sekolah Luar Biasa *The Nanny Children Center*, dapat menambah wawasan tentang strategi *coping stres* guru yang ada disana.
- b. Bagi mahasiswa bimbingan dan konseling islam dapat memberikan informasi tentang strategi *coping stres* kepada guru di SLB dalam menangani anak berkebutuhan khusus.
- c. Temuan penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan untuk membuat kebijakan atau program pendampingan yang membantu para guru. Tujuannya untuk menemukan upaya yang mampu mendukung kesejahteraan psikologis guru sekaligus meningkatkan mutu pendidikan bagi ABK.

E. Istilah Penelitian/Penjelasan Konsep

Agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam menafsirkan judul penelitian serta untuk memudahkan pembaca dalam memahami maksudnya, maka perlu dijelaskan beberapa istilah yang terdapat dalam judul penelitian sebagai berikut:

1. Stres

Menurut Siswanto, stres adalah akibat dari interaksi timbal balik antara rangsangan lingkungan dan respons individu. Stress juga harus dibedakan dengan stressor. Stressor adalah sesuatu yang menyebabkan stres.¹³ Stres diartikan sebagai respon fisik dan psikologis terhadap tuntutan hidup yang membebani kehidupan seseorang dan mengganggu kesejahteraan hidupnya.¹⁴

Penulis menyimpulkan stres adalah respons kompleks dari tubuh terhadap tekanan atau tuntutan dari lingkungan, baik fisik maupun mental. Reaksi ini normal dan alami yang dimiliki oleh semua orang ketika mereka menghadapi situasi yang dianggap menuntut atau melebihi kemampuan mereka untuk mengatasi.

2. Strategi *Coping*

Strategi merupakan rencana yang disusun untuk jangka panjang dan disertai dengan langkah-langkah tindakan, yang bertujuan mencapai target tertentu berdasarkan hasil analisis dan pengamatan terhadap situasi atau lingkungan

¹³ Siswanto, *Kesehatan Mental, Cakupan dan Perkembangannya*, (Yogyakarta: ANDI OFFSET, 2007), hal. 50.

¹⁴ Bunga, P., W. dan Riska, A., *Stress Pada Remaja*, Cet. 1, (Jawa Tengah: Eureka Media Aksara, 2023), hal. 22.

sekitar.¹⁵ Ramsun mengatakan bahwa *coping* adalah ketika seseorang merasakan stres atau ketegangan psikologis dalam menghadapi permasalahan kehidupan sehari-hari sehingga memerlukan keterampilan pribadi dan dukungan lingkungan untuk mengelola stres. Dengan kata lain, *coping* adalah proses dimana orang menghadapi situasi stres.¹⁶

Strategi coping yang penulis maksud adalah cara-cara yang digunakan seseorang untuk menghadapi dan mengatasi stres, tantangan, atau situasi yang menekan. Strategi ini membantu individu untuk mengelola emosi, pikiran, dan tindakan mereka dalam menghadapi situasi yang menuntut.

3. Guru

Pendidik/Guru merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, mengevaluasi hasil pembelajaran, membimbing dan melatih, serta melakukan penelitian.¹⁷ Guru adalah seorang pendidik yang memiliki peran penting dalam menyampaikan pengetahuan dan memfasilitasi perkembangan individu.

Jadi, penulis simpulkan guru dapat dikatakan sebagai sosok yang berperan penting dalam proses belajar mengajar dan bertugas untuk membimbing,

¹⁵ Mimin Yatminiwati, *Manajemen Strategi: Buku Ajar Perkuliahan Bagi Mahasiswa*, Cet. 1, (Jawa Timur: Widya Gama Press, 2019), hal. 3.

¹⁶ Ramsun, *Stres, Coping, dan Adaptasi, Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*, (Jakarta: Sagung Seto, 2009), hal. 29.

¹⁷ Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab 11 Pasal 39 (2).

mengarahkan, serta mendidik siswa untuk mencapai potensi maksimal mereka, baik secara akademik maupun dalam pengembangan karakter.

4. Anak berkebutuhan khusus (ABK)

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Dalam kaitannya dengan konsep penyandang disabilitas, anak berkebutuhan khusus diartikan sebagai anak yang mempunyai satu atau lebih keterbatasan, baik secara fisik seperti tunanetra dan tuli, maupun psikologis seperti autisme dan ADHD.¹⁸

Anak Berkebutuhan Khusus yang penulis maksud adalah istilah yang mengacu pada anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus dalam pendidikan atau kehidupan sehari-hari karena adanya kondisi fisik, intelektual, emosional, atau sosial tertentu.

¹⁸ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, Cet. 1, (Yogyakarta: Psikosain, 2016), hal. 1-2.