

Gambaran Faktor Psikososial dan *Distress* pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Depok saat Pandemi COVID-19 Tahun 2022

Azka Hafifa, Dadan Erwandi

Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Indonesia, Depok, 16424, Indonesia

Corresponding author: dadan@ui.ac.id

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diterima: 14 November
2022

Direvisi: 15 November 2022

Disetujui: 12 Desember
2022

Tersedia Online: 14
Desember 2022

Kata Kunci:

Distress

Faktor Psikososial

Guru SLB

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran faktor psikososial dan *distress* pada guru SLB di Kota Depok saat pandemi COVID-19 tahun 2022.

Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* dengan pendekatan semi kuantitatif melalui pengisian kuesioner dan wawancara. Sejumlah 67 guru SLB di Kota Depok berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 34,3% guru mengalami *distress* sedang dan 16,4% guru mengalami *distress* signifikan. Kemudian, ditemukan bahwa *distress* lebih banyak dialami oleh guru perempuan (52,7%), berumur > 30 tahun (52,4%), berasal dari program studi non-PLB (52,5%), tidak memiliki tipe kepribadian A (66,6%), memiliki masa kerja > 10 tahun (60%), sudah menikah (59,5%), memiliki anak (64,9%), memiliki dukungan sosial buruk dari keluarga (89,3%), memiliki beban kerja tinggi (61,8%), memiliki peralatan kerja buruk (63,9%), memiliki jam kerja buruk (64,3%), memiliki konflik peran tinggi (73,7%), memiliki ambiguitas peran tinggi (76,2%), memiliki kontrol pekerjaan buruk (81,4%), memiliki dukungan sosial yang buruk dari atasan dan rekan kerja (81,4%), memiliki konflik antara pekerjaan dan rumah yang tinggi (86,2%), jarang melakukan hobi (66,7%), dan memiliki ketakutan berat terhadap infeksi COVID-19 (71,4%).

The Description of Psychosocial Factors and Distress among Special Education Teacher in Depok during COVID-19 Pandemic in 2022

Article Info

Article History

Received 14 November 2022

Revised 15 November 2022

Accepted 12 December
2022

Available Online 14
December 2022

Keywords:

Distress

Psychosocial Factors

Special Education Teacher

Abstract

This study aims to obtain an overview of psychosocial factors and distress among special education teachers in Depok during the COVID-19 pandemic in 2022.

This study used a cross-sectional study design with a semi-quantitative approach through filling out questionnaires and interviews. A total of 67 special education teachers in Depok participated in this study. The results showed that 34.3% of teachers experienced moderate distress, and 16.4% of teachers experienced significant distress. Then, it was found that distress is more experienced by female teachers (52.7%), aged > 30 years (52.4%), came from non-PLB study programs (52.5%), did not have personality type A (66.6%), have a working period of > 10 years (60%), are married (59.5%), have children (64.9%), have poor social support from family (89.3%), have a workload high (61.8%), have bad work equipment (63.9%), have bad working hours (64.3%), have high role conflict (73.7%), have high role ambiguity (76.2%), have poor work control (81.4%), have poor social support from superiors and coworkers (81.4%), have a high work-home conflict (86.2%), rarely do hobbies (66,7%), and had a severe fear of COVID-19 infection (71.4%).

Pendahuluan

World Health Organization (WHO) pada Maret 2020 menyatakan bahwa COVID-19 merupakan pandemi. COVID-19 telah mengubah lingkungan sosial dan kerja sebagai upaya untuk mengurangi penyebaran virus. Salah satu bidang yang paling merasakan perubahan akibat munculnya pandemi COVID-19 adalah bidang pendidikan. Berdasarkan data dari Labour Force Survey (LFS), diketahui bahwa profesi yang memiliki prevalensi rata-rata *distress*, depresi, dan kecemasan tertinggi di Britania Raya pada tahun 2018-2021 adalah pekerja pada administrasi publik dan pertahanan, tenaga kesehatan, serta guru (HSE UK, 2021). Untuk mencegah penularan COVID-19 di sekolah, Pemerintah Indonesia mengeluarkan kebijakan bagi sekolah untuk menjalankan sistem pembelajaran jarak jauh (PJJ). Berdasarkan hasil survei pada 65 guru SLB di Surakarta yang dilakukan oleh Yunita, Sunardi dan Kristiyanto (2021), dilaporkan bahwa guru SLB mengalami kesulitan dalam menyediakan media pembelajaran yang tepat bagi anak berkebutuhan khusus selama pembelajaran jarak jauh sehingga materi pembelajaran tidak tersampaikan secara maksimal. Selain itu, sistem pembelajaran jarak jauh yang terlalu lama berpotensi mengakibatkan *learning loss*, yaitu hilangnya pengetahuan, keterampilan, dan minat belajar siswa (Terayanti, 2020; Budi *et al.*, 2021).

Seiring dengan menurunnya kasus COVID-19 di Indonesia, Pemerintah Indonesia mengeluarkan Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Agama, Menteri Kesehatan, dan Menteri Dalam Negeri tahun 2021 tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran Di

Masa Pandemi Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) sebagai petunjuk bagi sekolah untuk menyelenggarakan sistem pembelajaran tatap muka (PTM) dalam rangka mengembalikan efektivitas pembelajaran. Ketika kembali menjalankan PTM, guru diharapkan dapat meningkatkan minat belajar anak sehingga bisa mengejar ketertinggalan materi yang terjadi akibat ketidakmaksimalan sistem pembelajaran jarak jauh. Namun menurut SKB 4 Menteri, PTM bisa dialihkan lagi menjadi PJJ paling singkat 3 x 24 jam apabila ditemukan kasus konfirmasi COVID-19 di satuan pendidikan. Kondisi ini menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 secara langsung menyebabkan ketidakpastian dalam sistem pembelajaran di Indonesia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Etxebarria *et al.* (2021) pada 1.633 guru dari tingkat pra-sekolah hingga universitas di Spanyol saat kembali melakukan pembelajaran tatap muka, diketahui bahwa 50,6% guru mengalami *distress*. Berdasarkan penelitian Minihan *et al.* (2022) pada 245 guru di Irlandia, diketahui bahwa 79% guru mengalami kelelahan kerja, 43% guru mengalami penurunan kesehatan fisik, 67% guru mengalami penurunan kesehatan mental, 34% guru mengalami penurunan nafsu makan, 70% guru mengalami gangguan pola tidur, 33% guru mengalami peningkatan konsumsi alkohol, 42% guru merasa tidak aman dari penularan COVID-19 di sekolah, dan 58% guru mempertimbangkan untuk berganti pekerjaan.

Pada tahun 2021, Jawa Barat merupakan provinsi yang memiliki jumlah siswa berkebutuhan khusus terbanyak di Indonesia, yaitu 24.779 siswa (Pusdatin Kemendikbud, 2021). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk

meneliti *distress* guru SLB pada salah satu Kota di Jawa Barat, yaitu Kota Depok. Kota Depok memiliki 579 siswa dari 12 SLB dengan jumlah guru hanya sebanyak 87 orang (Kemendikbud RI, 2022). Natalina sebagai Ketua Perkumpulan Penyandang Disabilitas Indonesia (PPDI) Depok mengatakan bahwa Kota Depok kekurangan jumlah guru SLB dan mayoritas guru yang ada tidak memiliki latar belakang pendidikan SLB (Suban, 2021). Kurangnya jumlah guru tersebut dapat berdampak pada tingginya beban kerja guru SLB di Kota Depok saat ini karena adanya ketidakseimbangan antara sumber daya manusia dengan tuntutan kerja. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat terlihat gambaran faktor psikososial dan *distress* pada guru SLB di Kota Depok sehingga dapat disusun rencana program pengendalian untuk mengatasi masalah tersebut.

Metode

Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Maret – Juni 2022 menggunakan desain studi *cross sectional* dengan pendekatan semi kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Depok yang berjumlah 87 orang dari 12 sekolah. Namun, karena keterjangkauan dan keterbatasan peneliti maka akan diambil populasi target sebanyak 8 sekolah, yaitu SLB-BCD Nusantara, SLB Frobel Montessori 2, SLB Insan Mandiri, SLB Mahardika, SLB-B Dharma Asih, SLB-C Dharma Asih, SLB-C1 Dharma Asih, dan SLB Negeri Depok dengan total jumlah guru sebanyak 67 orang. Sampel dalam penelitian ini jumlahnya sesuai dengan jumlah populasi target, yaitu 67 orang. Hal tersebut karena jumlah populasi target kurang dari 100 orang sehingga semua populasi target

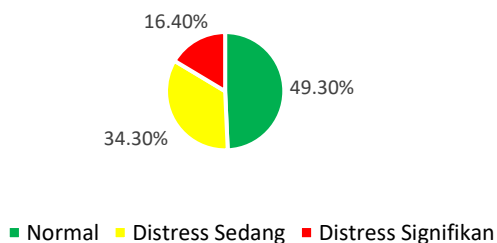
diambil menjadi sampel (Arikunto, 2012). Kemudian, sampel dari penelitian ini memiliki kriteria inklusi: (Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Depok) dan eksklusi (Memiliki riwayat masalah kesehatan mental).

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner, kemudian dilakukan juga wawancara kepada beberapa perwakilan responden dari berbagai sekolah. Pertanyaan yang diberikan saat wawancara disusun berdasarkan kuesioner yang digunakan dan difokuskan untuk membahas dampak pandemi COVID-19 terhadap kondisi kerja saat ini. Hasil dari wawancara tersebut hanya akan digunakan sebagai pendukung argumen dalam pembahasan. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *distress* yang diukur menggunakan kuesioner dari Dolan (2007) mengenai 4 keluhan subjektif *distress* yang dialami responden selama 1 bulan terakhir. Variabel independen dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi 4 arena, yaitu arena individu meliputi umur, jenis kelamin, tipe kepribadian A, latar belakang pendidikan, dan masa kerja. Arena kerja meliputi beban kerja, peralatan kerja, jam kerja, konflik peran, ambiguitas peran, kontrol pekerjaan, dukungan sosial dari atasan dan rekan kerja, serta konflik antara pekerjaan dan rumah. Arena rumah meliputi status pernikahan, kepemilikan anak, dan dukungan sosial dari keluarga. Arena sosial meliputi hobi dan ketakutan terinfeksi COVID-19. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel independen tersebut adalah NIOSH *Generic Job Stress*, kuesioner modifikasi dari *The Work Design Questionnaire* serta penelitian dari Yunita, Sunardi, dan Kristiyanto (2021), kuesioner COPSOQ III, *Lifestyle Questionnaire* dari penelitian Cheung

dan Yip (2016), dan *Fear of COVID-19 Scale*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat, yaitu analisis yang digunakan untuk menjelaskan distribusi dan frekuensi dari masing – masing variabel yang diteliti.

Hasil

Sebanyak 67 responden (100% sampel) yang merupakan guru SLB di Kota Depok berpartisipasi aktif dalam penelitian. Hasil analisis mengenai gambaran *distress* menunjukkan bahwa 33 responden berada dalam kondisi normal (49,3%), 23 responden mengalami *distress* sedang (34,3%), dan 11 responden mengalami *distress* signifikan (16,4%). Apabila dijumlahkan, maka total responden yang mengalami *distress* adalah 50,7%.



Gambar 1. Gambaran *Distress* Guru SLB di Kota Depok Tahun 2022

Hasil analisis mengenai gambaran faktor pada arena individu menunjukkan bahwa 82,1% responden berjenis kelamin perempuan dan 17,9% responden berjenis kelamin laki – laki. 62,7% responden berumur > 30 tahun dan 37,3% responden berumur ≤ 30 tahun. 59,7% responden memiliki latar belakang pendidikan non-PLB dan 40,3% responden dari program studi pendidikan luar biasa (PLB). 77,6% responden memiliki tipe kepribadian A dan 22,4% responden tidak memiliki tipe

kepribadian A. Kemudian, 62,7% responden memiliki masa kerja selama ≤ 10 tahun dan 37,3% responden memiliki masa kerja > 10 tahun. Hasil analisis mengenai gambaran faktor pada arena rumah menunjukkan bahwa 62,7% responden sudah menikah dan 37,3% orang belum menikah. 55,2% responden sudah memiliki anak dan 44,8% responden tidak memiliki anak. Selain itu, diketahui bahwa 58,2% responden merasa telah mendapatkan dukungan sosial yang baik dari keluarga, sedangkan 41,8% dukungan sosial yang buruk. Hasil analisis mengenai gambaran faktor pada arena kerja menunjukkan bahwa 82,1% responden merasa memiliki beban kerja yang tinggi, sedangkan 17,9% mengalami beban kerja yang rendah. 79,1% responden merasa memiliki jam kerja yang baik, sedangkan 20,9% merasa memiliki jam kerja yang buruk. 76,1% responden merasa memiliki konflik peran yang rendah sedangkan 23,9% responden merasa memiliki konflik peran yang tinggi. 73,1% responden merasa ambiguitas peran yang rendah, sedangkan 26,9% responden merasa memiliki ambiguitas peran yang tinggi. 59,7% responden merasa memiliki kontrol pekerjaan yang baik, sedangkan 40,3% responden merasa memiliki kontrol pekerjaan yang buruk. 59,7% responden merasa memiliki dukungan sosial dari atasan dan rekan kerja yang baik, sedangkan 40,3% merasa memiliki dukungan social yang buruk. Kemudian, 56,7% responden merasa memiliki konflik antara pekerjaan dan rumah yang rendah sedangkan 43,3% responden merasa memiliki konflik yang tinggi. Hasil analisis mengenai gambaran faktor pada arena sosial menunjukkan bahwa 73,1% sering melakukan hobi, sedangkan 26,9% responden jarang melakukan hobi.

Kemudian, 68,7% responden memiliki ketakutan terinfeksi COVID-19 yang ringan, sedangkan 31,3% responden mengalami ketakutan yang berat.

Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa bahwa responden perempuan lebih banyak mengalami *distress* (52,7%) dibanding responden laki – laki (41,7%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan umur menunjukkan bahwa bahwa responden dengan umur > 30 tahun lebih banyak mengalami *distress* (52,4%) dibanding responden dengan umur ≤ 30 tahun (48%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan latar belakang pendidikan menunjukkan bahwa responden yang berasal dari program studi non-PLB lebih banyak mengalami *distress* (52,5%) dibanding responden yang berasal dari program studi PLB (48,1%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan tipe kepribadian menunjukkan bahwa responden yang tidak memiliki tipe kepribadian A lebih banyak mengalami *distress* (66,6%) dibanding responden dengan tipe kepribadian A (46,1%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan masa kerja menunjukkan bahwa responden dengan masa kerja > 10 tahun lebih banyak mengalami *distress* (60%) dibanding responden dengan masa kerja ≤ 10 tahun (45,3%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan status pernikahan menunjukkan bahwa responden yang sudah menikah lebih banyak mengalami *distress* (59,5%) dibanding responden yang belum menikah (36%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan kepemilikan anak menunjukkan bahwa responden yang memiliki anak lebih banyak mengalami *distress* (64,9%) dibanding responden yang tidak memiliki anak (33,3%). Hasil analisis distribusi *distress*

berdasarkan dukungan sosial dari keluarga menunjukkan bahwa responden yang merasa memiliki dukungan sosial buruk dari keluarga lebih banyak mengalami *distress* (89,3%) dibanding responden yang memiliki dukungan sosial baik dari keluarga (23,1%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan beban kerja menunjukkan bahwa *distress* hanya dialami oleh responden yang merasa memiliki beban kerja tinggi (61,8%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan peralatan kerja menunjukkan bahwa responden yang merasa memiliki peralatan kerja yang buruk lebih banyak mengalami *distress* (63,9%) dibanding responden yang merasa memiliki peralatan kerja yang baik (35,5%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan jam kerja menunjukkan bahwa responden yang merasa memiliki jam kerja buruk lebih banyak mengalami *distress* (64,3%) dibanding responden yang merasa memiliki jam kerja baik (47,2%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan konflik peran menunjukkan bahwa responden yang merasa memiliki konflik peran tinggi lebih banyak mengalami *distress* (73,7%) dibanding responden yang merasa memiliki konflik peran rendah (41,7%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan ambiguitas peran menunjukkan bahwa responden yang merasa memiliki ambiguitas peran tinggi lebih banyak mengalami *distress* (76,2%) dibanding responden yang merasa memiliki ambiguitas peran rendah (39,1%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan kontrol pekerjaan menunjukkan bahwa responden yang merasa memiliki kontrol pekerjaan buruk lebih banyak mengalami *distress* (81,4%) dibanding responden yang merasa memiliki kontrol pekerjaan rendah (30%). Hasil analisis

distribusi *distress* berdasarkan dukungan sosial dari atasan dan rekan kerja menunjukkan bahwa responden yang merasa memiliki dukungan sosial yang buruk dari atasan dan rekan kerja lebih banyak mengalami *distress* (81,4%) dibanding responden yang merasa memiliki dukungan sosial yang baik (30%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan konflik antara pekerjaan dan rumah menunjukkan bahwa responden yang merasa memiliki konflik antara pekerjaan dan rumah yang tinggi lebih banyak mengalami *distress* (86,2%) dibanding responden yang merasa memiliki konflik yang rendah (23,7%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan hobi menunjukkan bahwa responden yang jarang melakukan hobi lebih banyak mengalami *distress* (66,7%) dibanding responden yang sering melakukan hobi (44,9%). Hasil analisis distribusi *distress* berdasarkan ketakutan terinfeksi COVID-19 menunjukkan bahwa responden yang memiliki ketakutan berat terhadap infeksi COVID-19 lebih banyak mengalami *distress* (71,4%) dibanding responden yang memiliki ketakutan ringan terhadap infeksi COVID-19 (41,3%).

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *distress* lebih banyak dialami oleh guru perempuan, guru perempuan (52,7%), berumur > 30 tahun (52,4%), berasal dari program studi non-PLB (52,5%), tidak memiliki tipe kepribadian A (66,6%), dan memiliki masa kerja > 10 tahun (60%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa guru perempuan lebih banyak mengalami *distress* sangat tinggi (15,38%) dibanding laki – laki (3,81%). Menurut Michie (2002), perempuan lebih sering mengalami

distress karena memiliki lebih banyak beban pengasuhan anak dan tanggung jawab rumah tangga daripada laki – laki. Kemudian, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Emmanuel and Collins (2016) yang menunjukkan hasil bahwa pekerja dengan umur > 30 tahun lebih banyak mengalami *distress* tinggi (61,5%) dibanding pekerja dengan umur ≤ 30 tahun (58,7%). Menurut Hsu (2019), pekerja tua terlebih lagi pekerja yang berusia lanjut (umur > 50 tahun) memiliki lebih banyak masalah kesehatan, keterbatasan tenaga fisik, dan kesenjangan pengetahuan mengenai teknologi dibanding pekerja muda. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian dari Ferlia, Jayanti and Suroto (2016) yang menyatakan bahwa guru SLB dengan latar belakang pendidikan non-PLB sering merasa kesulitan dalam menjalankan tugasnya karena tidak memiliki pengetahuan dan pengalaman yang cukup untuk menangani anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan hasil wawancara, informan yang berasal dari latar belakang pendidikan non-PLB mengaku pernah merasa bingung dan kewalahan saat mengajar anak berkebutuhan khusus (ABK) karena tidak memiliki pengetahuan mengenai cara menangani ABK terlebih lagi anak tunagrahita yang berperilaku agresif jika sedang tantrum. Hasil penelitian ini bertentangan dengan dengan penelitian Aldosiry (2020) yang menyatakan bahwa guru SLB dengan masa kerja ≤ 10 tahun lebih banyak mengalami *distress* dibanding guru SLB dengan masa kerja > 10 tahun. Namun, sejalan dengan pernyataan Siboro dalam Zahra dan Hidayat (2015) bahwa semakin lama masa kerja dapat menyebabkan timbulnya rasa bosan dan jenuh akibat harus mengerjakan suatu kegiatan yang sama dari tahun ke tahun.

Berdasarkan hasil wawancara, informan mengatakan bahwa setiap hari diperlukan banyak kesabaran untuk mengajar dan menghadapi beberapa ABK yang tantrum, kondisi ini diduga bisa membuat guru merasa jenuh apabila mengalami rutinitas yang sama di setiap harinya.

Kemudian, diketahui bahwa *distress* lebih banyak dialami oleh responden yang sudah menikah (59,5%), memiliki anak (64,9%), dan memiliki dukungan sosial buruk dari keluarga (89,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian Emmanuel and Collins (2016) yang menyatakan bahwa pekerja yang sudah menikah memiliki tingkat *distress* yang lebih tinggi dibanding pekerja yang lajang karena perlu menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan rumah serta memiliki beban finansial yang lebih besar untuk menafkahi keluarga. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa memang informan yang sudah menikah mengaku memiliki beban finansial yang lebih banyak serta perlu menyeimbangkan antara peran di rumah dengan peran di sekolah. Kemudian, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Roboth (2015) yang menyatakan bahwa pekerja yang memiliki anak lebih rentan mengalami *distress* karena memiliki peran ganda sebagai pekerja dan orang tua. Berdasarkan hasil wawancara, ada salah satu informan yang mengaku kelelahan karena perlu membagi waktu antara mengurus pekerjaan dan merawat anak, terlebih lagi karena usia anak masih kurang dari 1 tahun yang artinya lebih memerlukan perhatian khusus. Hasil dalam penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Uddin (2020) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga berupa dukungan emosional, instrumen, dan pekerjaan rumah secara

signifikan mengurangi *distress* pada pekerja. Berdasarkan hasil wawancara, beberapa informan mengatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga baik berupa bantuan ilmu maupun pekerjaan rumah sangat meringankan beban mereka.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *distress* lebih banyak dialami oleh memiliki beban kerja tinggi (61,8%), memiliki peralatan kerja buruk (63,9%), memiliki jam kerja buruk (64,3%), memiliki konflik peran tinggi (73,7%), memiliki ambiguitas peran tinggi (76,2%), memiliki kontrol pekerjaan buruk (81,4%), memiliki dukungan sosial yang buruk dari atasan dan rekan kerja (81,4%), memiliki konflik antara pekerjaan dan rumah yang tinggi (86,2%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Amalina, Huda, dan Hejar (2016) yang menunjukkan bahwa beban kerja secara signifikan berpengaruh terhadap *distress*. Berdasarkan hasil wawancara, informan mengatakan bahwa menjadi guru SLB diperlukan kesabaran yang tinggi, sering mendapat penyerangan fisik dari ABK yang tantrum, dan bahkan beberapa guru harus mengajar lebih dari 1 jenis disabilitas karena kekurangan guru. Selain itu, informan mengatakan bahwa saat ini terdapat tantangan baru bagi guru SLB, yaitu perlu meningkatkan minat belajar ABK untuk mengejar ketertinggalan materi akibat PJJ. Kemudian, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zaidi *et al.* (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara alat kerja dengan *distress*. Berdasarkan hasil wawancara, persepsi buruk mengenai alat kerja paling banyak muncul saat pembelajaran jarak jauh (PJJ) karena kendala sinyal dan tidak semua murid memiliki alat komunikasi sendiri sehingga hanya mengandalkan

handphone orang tua. Namun, beberapa orang tua siswa yang bekerja dan membawa *handphone* menyebabkan pembelajaran ABK sering tertunda.

Selain itu, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Handayani, Wahyuni, dan Ekawati (2016) yang menyatakan bahwa memang jam kerja berhubungan secara signifikan terhadap *distress*, semakin lama jam kerja maka tingkat *distress* akan semakin tinggi. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa guru SLB mengajar dari hari Senin – Jum'at dengan jam kerja yang berbeda antar sekolah. Mayoritas informan memiliki jam kerja yang normal, yaitu tidak melebihi 8 jam/hari. Hal ini sudah sesuai dengan ketentuan dalam UU No.13 Tahun 2003 pasal 77 ayat (1) yang menyatakan bahwa jam kerja maksimal bagi pekerja adalah 8 jam/hari atau 40 jam/minggu untuk 5 hari kerja. Namun, persepsi buruk terhadap jam kerja sering dirasakan oleh beberapa guru yang memiliki lebih dari 1 jabatan di sekolah karena peran ganda menyebabkan guru memiliki lebih banyak tugas yang harus dikerjakan sehingga menghabiskan waktu kerja yang lebih lama. Kemudian, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Weken, Mongan, dan Kekenusa (2020) yang menunjukkan bahwa 86,2% guru yang memiliki konflik peran tinggi mengalami *distress* tinggi. Salah satu informan wawancara mengatakan bahwa sering mengalami pertentangan karena memiliki peran ganda sebagai guru kelas dan bendahara sekolah hingga beberapa kali terpaksa harus meninggalkan kelas untuk pergi ke bank mengurus keuangan sekolah. Terkait ambiguitas peran, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah positif antara ambiguitas peran dengan kelelahan emosional,

artinya semakin tinggi tingkat ambiguitas peran maka semakin tinggi tingkat kelelahan emosional yang dialami. Berdasarkan hasil wawancara, kebanyakan informan yang mengaku merasakan ambiguitas peran adalah informan dengan masa kerja yang masih sedikit. Beberapa informan juga mengatakan bahwa tidak memiliki latar belakang pendidikan luar biasa (PLB) dan tidak adanya pelatihan bagi guru SLB adalah hal yang membuat informan sempat merasa bingung saat menjalankan tugasnya.

Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Pranjić and Grbović (2011) yang menunjukkan hasil bahwa tingkat kontrol pekerjaan yang rendah berpengaruh terhadap peningkatan *distress*. Berdasarkan hasil wawancara, persepsi buruk mengenai kontrol kerja sering dialami saat PJJ karena guru tidak bisa mengontrol muridnya secara langsung dan kurangnya partisipasi orang tua untuk mengawasi dan menyediakan fasilitas belajar bagi ABK. Kemudian, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Weken, Mongan, dan Kekenusa (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat *distress*. Berdasarkan hasil wawancara, persepsi buruk terhadap dukungan sosial dari kepala sekolah dan rekan kerja sering dialami oleh guru baru dan guru yang berusia muda karena masih memiliki rasa segan untuk berinteraksi atau meminta bantuan sehingga sering merasa terisolasi di tempat kerja. Kemudian, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Javaid *et al.* (2018) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konflik pekerjaan dan rumah terhadap tingkat *distress* pekerja. Berdasarkan hasil wawancara, beberapa informan yang memiliki

peran ganda sebagai orang tua mengaku merasa sering mengalami konflik antara pekerjaan dan rumah.

Penelitian ini menunjukkan bahwa *distress* lebih banyak dialami oleh responden jarang melakukan hobi (66,7%), dan memiliki ketakutan berat terhadap infeksi COVID-19 (71,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian Cheung dan Yip (2016) yang menunjukkan bahwa perawat yang sering melakukan hobi memiliki tingkat depresi yang lebih rendah dan kualitas hidup yang lebih tinggi dibanding perawat yang jarang melakukan hobi. Berdasarkan hasil wawancara, beberapa informan yang telah menikah, memiliki anak, dan memiliki peran ganda di sekolah merasa bahwa tanggung jawab mereka baik di sekolah maupun di rumah membuat mereka jarang memiliki waktu luang untuk melakukan hobi atau kegiatan yang mereka sukai. Kemudian, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Yadav *et al.* (2021) yang menyatakan bahwa pandemi COVID-19 menyebabkan kecemasan dan rasa khawatir akan terinfeksi, peningkatan perasaan gelisah, pembatasan aktivitas fisik, serta berdampak pada kondisi keuangan. Berdasarkan hasil wawancara, salah satu informan mengaku merasa sangat takut dan tidak aman dari penyebaran COVID-19 di sekolah karena sistem pembelajaran sudah kembali menjadi pembelajaran tatap muka (PTM). Ketakutan tersebut juga berasal dari pengalaman melihat saudara yang meninggal akibat terinfeksi COVID-19.

Kesimpulan

Sebanyak 50,7% guru SLB di Kota Depok mengalami *distress*. Sebanyak 34,4% masuk dalam kategori *distress* sedang dan 16,4%

masuk dalam kategori *distress* signifikan. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, berumur > 30 tahun, memiliki latar belakang pendidikan non-PLB, memiliki tipe kepribadian A, serta memiliki ketakutan yang ringan terhadap infeksi COVID-19 (68,7%).

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada para guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Depok yang telah banyak membantu penelitian ini.

Referensi

- Amalina, N., Huda, B. and Hejar, A. (2016) 'Job Stress and Its Determinants among Academic Staff in A University in Klang Vallley, Malaysia', *International Journal of Public Health and Clinical Sciences*, 3(6).
- Arikunto, S. (2012) *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budi, S. *et al.* (2021) 'Deteksi Potensi Learning Loss pada Siswa Berkebutuhan Khusus Selama Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Inklusi', *Jurnal Basicedu*, 5(5), pp. 3607–3613.
- Cheung, T. and Yip, P. (2016) 'Lifestyle and Depression among Hong Kong Nurse', *International Journal of Environmental Research and Public Health*. doi: 10.3390/ijerph13010135.
- Etxebarria, N. *et al.* (2021) 'The Psychological State of Teachers During the COVID-19 Crisis: The Challenge of Returning to Face-to-Face Teaching', *Front Psychol*. doi: 10.3389/fpsyg.2020.620718.
- Handayani, K., Wahyuni, I. and Ekawati

- (2016) 'Hubungan Usia, Jam Kerja, Job Demand, Dan Job Control Dengan Stres Kerja Pada Staff PT. Adhi Karya (Persero) Tbk. Proyek Pembangunan Hotel Grandhika Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 4(3).
- HSE UK (2021) *Work-related stress, anxiety or depression statistics in Great Britain, 2021*.
- Javaid, M. *et al.* (2018) 'Does Psychosocial Work Environment Factors Predict Stress and Mean Arterial Pressure in the Malaysian Industry Workers?', *BioMed Research International*.
- Kemendikbud RI (2022) *Sekolah Kita*. Available at: <https://sekolah.data.kemdikbud.go.id/>.
- Minihan, E. *et al.* (2022) 'COVID-19 related occupational stress in teachers in Ireland', *International Journal of Educational Research Open*, 3. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2021.100114>.
- Pranjić, N. and Grbović, M. (2011) 'Common factors related to chronic occupational distress among special education teaching staff in Montenegro', *International Journal of Peace and Development Studies*, 2(4), pp. 110–118.
- Pusdatin Kemendikbud (2021) 'Statistik Sekolah Luar Biasa (SLB) 2020/2021', *Pusat Data dan Teknologi Informasi, Sekretariat Jenderal, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan*. Available at: http://repositori.kemdikbud.go.id/22120/1/isi_3E73984D-07CD-40C7-9E81-3809CBC4081F_.pdf.
- Suban, A. (2021) *Akses Pendidikan Penyandang Disabilitas di Depok Minim, Banyak yang Sudah Besar Tapi Tak Sekolah*. Available at: <https://depok.tribunnews.com/2021/12/10/akses-pendidikan-penyandang-disabilitas-di-depok-minim-banyak-yang-sudah-besar-tapi-tak-sekolah>.
- Terayanti, Y. (2020) 'Pengaruh Pembelajaran pada Anak Berkebutuhan Khusus di Masa Pandemi COVID-19'.
- Uddin, M. (2020) 'The Role of Family Social Support on Work Stress for Frontline Working Mothers in Bangladesh', *SBE*, 23(1). doi: <https://doi.org/10.29117/sbe.2020.0120>.
- Weken, M., Mongan, A. and Kekenusa, J. (2020) 'Hubungan antara Beban Kerja, Konflik Peran, dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Guru di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Manado Pada Masa Pandemi Covid-19', *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 1(4).
- Yadav, U. *et al.* (2021) 'Perceived fear of COVID-19 and its associated factors among Nepalese older adults in eastern Nepal: A crosssectional study', *PLoS ONE*, 16(7).
- Yunita, V., Sunardi and Kristiyanto, A. (2021) 'Special Education Teachers' Perceptions Toward Online Learning During the Covid-19 Pandemic', *Jurnal Pendidikan Indonesia (JPI)*, 10(2). doi: 10.23887/jpi-undiksha.v10i2.29773.
- Zaidi, U. *et al.* (2017) 'Relationship of Work Context and Work Stress among Sonographers in Riyadh, KSA',

Preprints. doi:
10.20944/preprints201712.0123.v1.