

MEMBANGUN KETAHANAN GURU ABK: STRATEGI MENGELOLA KONFLIK DAN MENCIPTAKAN HARMONI DISEKOLAH

Noviani¹, Al Fazilah Br Barus², Istiqamah³, Rahmia Dewi⁴

^{1,2,3,4} Universitas Malikussaleh, Aceh

noviani.220620025@mhs.unimal.ac.id¹, fazilah.220620018@mhs.unimal.ac.id²,
istiqamah.220620060@mhs.unimal.ac.id³

Received: 04-11-2024

Revised: 17-11-2024

Approved: 06-12-2024

ABSTRAK

Ketahanan mental merupakan komponen penting bagi guru anak berkebutuhan khusus (ABK) dalam menghadapi berbagai tantangan di lingkungan sekolah. Ketahanan yang baik tidak hanya mengurangi stres, tetapi juga meningkatkan kinerja, kesejahteraan guru, dan hubungan positif dengan siswa, orang tua, serta rekan kerja. Pengabdian ini bertujuan untuk membangun ketahanan mental guru ABK dengan strategi pengelolaan konflik dan menciptakan harmoni di sekolah. Kegiatan psikoedukasi dilakukan di SLB YPAC Dewantara, Aceh Utara, dengan pendekatan ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa guru mengalami peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam mengelola konflik serta membangun komunikasi yang lebih efektif dengan lingkungan sekolah. Selain itu, kegiatan ini memperkuat kolaborasi antara perguruan tinggi dan mitra melalui Memorandum of Agreement (MoA) serta berkontribusi pada pencapaian indikator kinerja utama universitas. Simpulan, bahwa ketahanan mental yang baik, didukung oleh strategi manajemen konflik dan kecerdasan emosional, dapat menciptakan budaya sekolah inklusif yang harmonis, mendukung perkembangan optimal siswa, dan meningkatkan kualitas pendidikan.

Kata Kunci: Guru ABK, Ketahanan Mental, Manajemen Konflik, Harmoni Sekolah

PENDAHULUAN

Ketahanan mental guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus (ABK) sangat penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang positif dan inklusif (Nurhastuti et al., 2021). Ketahanan mental merujuk pada kemampuan individu untuk mengatasi stres, tantangan, dan tekanan yang dihadapi dalam pekerjaan sehari-hari (Ichsano et al., 2024). Menurut teori Resilience yang dikembangkan oleh Norman Garmezy dan Emmy Werner, ketahanan mental mencakup kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit kembali setelah mengalami kesulitan (Tirtayani, 2017). Salah satu aspek utama dari ketahanan mental adalah kemampuan untuk mengelola stres (Istiningtyas, 2014). Teori Stres yang diajukan oleh Hans Selye menekankan bahwa stres tidak selalu negatif; dalam dosis yang tepat, stres dapat menjadi motivator. Bagi guru ABK, memahami bagaimana stres dapat menjadi bagian dari pengalaman mengajar membantu mereka untuk mengelola emosi dan tetap fokus pada tujuan pendidikan.

Salah satu tokoh penting dalam pengembangan ketahanan adalah Viktor Frankl, yang dalam bukunya "Man's Search for Meaning" menekankan pentingnya menemukan makna dalam setiap pengalaman, bahkan yang paling sulit sekalipun. Guru ABK dapat mengambil inspirasi dari pandangan ini dengan mencari makna dalam tantangan yang dihadapi di kelas, sehingga dapat meningkatkan motivasi dan ketahanan mereka (Adinda Ananda Terry, 2020). Teori Pertahanan Psikologis yang dikembangkan oleh George Vaillant juga relevan di sini. Vaillant menyatakan bahwa individu yang memiliki strategi pertahanan yang adaptif, seperti humor dan penerimaan, lebih mampu menghadapi tekanan (Yulianto et al., 2023). Dengan mengembangkan strategi ini, guru ABK dapat meningkatkan ketahanan mental mereka dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul. Selain itu, konsep Self-Care atau perawatan diri, yang

ditekankan oleh berbagai ahli kesehatan mental seperti Kristen Neff, penting untuk menjaga ketahanan mental. Melalui praktik perawatan diri, guru dapat mengurangi risiko burnout dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip ketahanan mental, guru ABK tidak hanya dapat mengatasi stres dan tantangan, tetapi juga menjadi teladan bagi siswa mereka. Ketahanan mental yang kuat memungkinkan guru untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan inklusif, di mana semua siswa, termasuk ABK, dapat berkembang dengan optimal (Rahma, 2023).

Mengelola konflik di lingkungan sekolah, terutama yang melibatkan anak berkebutuhan khusus (ABK), memerlukan pendekatan yang komprehensif (Yuliyanti et al., 2024). Salah satu strategi utama adalah memberikan pendidikan dan pelatihan reguler kepada guru mengenai pendidikan inklusif dan manajemen konflik (Hapsara A. S., 2019). Menurut Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument (TKI) yang dikembangkan oleh Kenneth Thomas dan Ralph Kilmann, memahami berbagai gaya mengatasi konflik dapat membantu guru memilih pendekatan yang paling efektif dalam situasi tertentu. Selain itu, membangun hubungan yang kuat antara guru dan siswa juga sangat penting, karena hubungan positif dapat menciptakan rasa saling percaya yang memudahkan penyelesaian konflik saat muncul.

Penggunaan mediasi sebagai pendekatan untuk menyelesaikan konflik juga patut dipertimbangkan (Fahrimal & Safpuriyadi, 2018). Melibatkan pihak ketiga yang netral untuk membantu menemukan solusi yang dapat diterima oleh semua pihak, sesuai dengan teori mediasi yang dijelaskan oleh Fisher dan Ury dalam bukunya "Getting to Yes", dapat meringankan ketegangan. Komunikasi yang terbuka antara guru, siswa, dan orang tua akan membantu mengurangi kesalahpahaman (J. H. E. Putri et al., 2024). Selain itu, penerapan aturan yang jelas di dalam kelas, sesuai dengan konsep Classroom Management yang dikembangkan oleh Emmer dan Evertson, juga krusial; dengan adanya pedoman yang transparan, siswa lebih memahami batasan dan konsekuensi dari tindakan mereka. Pengelolaan emosi menjadi aspek lain yang tidak kalah penting (Nurlaeliah et al., 2021). Daniel Goleman dalam bukunya "Emotional Intelligence" menekankan pentingnya keterampilan dalam mengenali dan mengelola emosi, yang dapat mengurangi konflik yang timbul dari reaksi emosional yang tidak terkendali. Pendekatan proaktif dalam mengidentifikasi potensi sumber konflik sebelum muncul juga sangat efektif, di mana guru dapat memantau interaksi siswa dan memahami dinamika kelas untuk mengambil langkah pencegahan (W. Putri et al., 2024).

Kolaborasi dengan psikolog, konselor, atau tenaga ahli lainnya juga dapat memberikan perspektif dan strategi yang lebih luas dalam menangani konflik, sejalan dengan pendekatan Kolaboratif (Fatmasari et al., 2024). Di samping itu, mengembangkan budaya sekolah yang inklusif, yang menghargai keberagaman dan saling menerima, akan mendorong siswa untuk lebih terbuka satu sama lain, seperti yang diungkapkan oleh Banks dalam konsep pendidikan multikultural. Terakhir, evaluasi dan refleksi secara berkala terhadap strategi yang diterapkan sangat penting. Mendorong guru untuk merefleksikan pengalaman mereka dalam mengelola konflik serta berbagi praktik terbaik dengan rekan-rekan mereka akan semakin meningkatkan efektivitas dalam menciptakan lingkungan belajar yang harmonis (Suriani, 2024). Dengan menerapkan strategi-strategi ini, guru dapat lebih efektif dalam mengelola konflik dan mendukung perkembangan optimal bagi semua siswa, termasuk ABK.

Dengan mempertimbangkan masalah yang ada, sangat penting untuk mencobamembangun ketahanan mental dalam mengelola konflik disekolah. Solusinya

adalah melakukan kegiatan psikoedukasi untuk membangun Kesehatan mental guru, diskusi dalam bentuk pertanyaan dan jawaban antara Guru dan pemateri, dan banner untuk membangun ketahanan mental dalam mengelola konflik. Berdasarkan hal diatas, maka tim pengabdian melakukan Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok: Mengenali Resiko dan Dampak Terhadap Kesehatan Tubuh dan Kesehatan Mental yang dilaksanakakan di SLB YPAC Dewantara, Aceh Utara.

METODE KEGIATAN

Kegiatan dilakukan pada hari Kamis, 25 Oktober 2024 pukul 11.00 WIB sampai selesai. Kegiatan psikoedukasi dilaksanakan di SLB YPAC Dewantara, tepatnya di ruang aula sekolah. Kegiatan ini diikuti oleh 8 orang guru, 2 guru laki-laki dan 6 guru perempuan. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1) Perencanaan

Dalam tahap perencanaan, tim melakukan survei, wawancara langsung dengan kepala sekolah. Survei dan wawancara dilakukan untuk mengetahui permasalahan dasar yang dialami oleh guru SLB YPAC Dewantara.

2) Persiapan

Adapun tahapan persiapan yang dilakukan adalah:

- Kegiatan survei tempat psikoedukasi yaitu SLB YPAC Dewantara
- Permohonan izin kegiatan psikoedukasi
- Pengurusan administrasi (surat-menyurat)
- Pengumpulan data permasalahan, jumlah peserta yang akan mengikuti.
- Persiapan alat, tempat dan bahan psikoedukasi
- Penyusunan materi psikoedukasi Membangun Ketahanan Guru ABK: Strategi Mengelola Konflik dan Menciptakan Harmoni di Sekolah pada SLB YPAC Dewantara.

3) Pelaksanaan

Kegiatan psikoedukasi pada Guru SLB YPAC Dewantara dilaksanakan secara tatap muka. Peserta yang akan terlibat dalam kegiatan ini berjumlah 8 Guru yang berasal dari SLB YPAC Dewantara. Kegiatan ini akan dilakukan dalam tiga tahapan yaitu:

- Pengenalan, yang pertama dilakukan kegiatan pengenalan. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk saling mengenal sesama peserta dan pemateri dan tim pengabdian.
- Ice breaking, dilakukan dengan tujuan untuk mencairkan suasana sebelum pelatihan dimulai.
- Pemberian materi mengenai pengetahuan Membangun Ketahanan Guru ABK dan bagaimana Strategi Mengelola Konflik dan Menciptakan Harmoni di Sekolah. Fokus materi. Didalam penyampaian materi akan menggunakan metode pelaksanaan berupa ceramah, diskusi, dan tanya jawab.

Metode yang Dilakukan Dalam Pemberian Solusi

1) Ceramah

Metode ceramah merupakan cara mengajar dengan penyajian informasi yang diberikan secara lisan kepada peserta didik/siswa (MuhibbinSyah, 2002). Membangun Ketahanan Guru ABK: Strategi Mengelola Konflik dan Menciptakan Harmoni di Sekolah menggunakan metode ceramah yang

disampaikan secara lisan maupun secara tulisan. Materi yang disampaikan kepada peserta guru dalam hal ini guru ABK bertujuan agar dapat membentuk pemahaman yang sama antara pemateri dengan para peserta.

2) Diskusi atau Tanya jawab

Sesi diskusi atau tanya jawab dilakukan agar para peserta yaitu guru SLB YPAC Dewantara dapat bertanya kembali mengenai materi yang masih belum dipahami dengan baik. Pada sesi ini, para peserta diharapkan mampu memiliki insight atau pencerahan terkait hal yang harus dilakukan untuk meningkatkan pemahaman mengenai cara membangun Ketahanan mental dan strategi Mengelola Konflik dan Menciptakan Harmoni di Sekolah.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SLB YPAC Dewantara memberikan dampak signifikan bagi berbagai pihak yang terlibat, baik bagi mitra, perguruan tinggi, maupun tim pelaksana. Mitra pengabdian, dalam hal ini adalah SLB YPAC Dewantara, memperoleh manfaat besar dari peningkatan pengetahuan para guru mengenai strategi dalam mengelola konflik di sekolah. Guru-guru yang terlibat dalam program ini mendapatkan wawasan baru yang berguna untuk menyelesaikan masalah yang sering ditemui dalam keseharian mereka di lingkungan sekolah, terutama yang berhubungan dengan pengelolaan siswa berkebutuhan khusus. Dengan adanya pendampingan langsung yang disertai dengan praktik nyata dan pemecahan masalah yang relevan dengan kasus-kasus yang dihadapi, para guru dapat lebih siap menghadapi tantangan di lapangan.

Pendampingan yang diberikan tidak hanya mencakup teori, tetapi juga mengarah pada implementasi langsung, di mana para guru dapat menguji dan mengadaptasi strategi pengelolaan konflik dalam konteks nyata mereka. Hal ini tentunya memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan aplikatif bagi para pengajar. Selain itu, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran pentingnya komunikasi yang efektif antara guru, siswa, dan lingkungan sekolah. Guru-guru di SLB YPAC Dewantara kini lebih sadar akan pentingnya menjaga hubungan yang harmonis dengan kolega dan siswa untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi perkembangan siswa berkebutuhan khusus. Bagi perguruan tinggi yang terlibat, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam beberapa aspek. Salah satunya adalah terjalinnya Memorandum of Agreement (MOA) antara universitas dengan instansi terkait, yang dapat membuka peluang untuk kolaborasi lebih lanjut di masa depan (Asdiarti, 2023). Ini tidak hanya memperkuat hubungan antara perguruan tinggi dan dunia pendidikan, tetapi juga memberikan kontribusi positif terhadap pencapaian Indikator Kinerja Utama (IKU) universitas. Melalui pengabdian ini, universitas menunjukkan komitmennya untuk berkontribusi dalam meningkatkan kualitas pendidikan, khususnya dalam pengelolaan sekolah yang melayani siswa berkebutuhan khusus. Kegiatan pengabdian ini juga menjadi bukti nyata dari peran perguruan tinggi dalam mengatasi permasalahan sosial di lingkungan sekitar.

Di sisi lain, bagi tim pelaksana, kegiatan ini juga memberikan banyak manfaat. Bagi ketua tim, kegiatan pengabdian ini tidak hanya memberikan kesempatan untuk berbagi pengetahuan, tetapi juga pengalaman berharga dalam menyampaikan materi kepada audiens yang memiliki latar belakang berbeda. Hal ini tentunya memperkaya keterampilan komunikasi dan penyampaian informasi secara efektif, terutama dalam konteks yang lebih praktis dan aplikatif. Ketua tim juga dapat memperluas jaringan

kerjasama dengan pihak eksternal, yang dapat bermanfaat untuk pengembangan kegiatan pengabdian masyarakat di masa depan.

Bagi anggota tim, kegiatan ini memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pendampingan dan merancang kegiatan yang efektif. Anggota tim dilibatkan dalam proses perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan, yang memperkaya pengalaman mereka dalam mengelola kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu, mereka juga memperoleh wawasan baru tentang tantangan yang dihadapi oleh para guru di sekolah, terutama dalam mengelola siswa berkebutuhan khusus. Ini menjadi pengalaman yang sangat berharga dalam pengembangan kapasitas mereka sebagai pendidik dan penggerak masyarakat.



Gambar 1. Foto Bersama setelah sesi penyampaian materi

Kegiatan ini juga berkontribusi dalam meningkatkan Indikator Kinerja Utama (IKU) dosen dan mahasiswa yang terlibat. Bagi dosen, kegiatan pengabdian ini menjadi salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dapat meningkatkan kinerja dan kontribusinya dalam bidang pendidikan. Selain itu, mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan ini juga mendapatkan pengalaman praktis yang memperkaya pemahaman mereka tentang pengelolaan pendidikan dan pengabdian masyarakat. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya bermanfaat bagi mitra dan perguruan tinggi, tetapi juga memberikan dampak positif dalam pengembangan kapasitas dosen dan mahasiswa.

Proses pemberian materi yang dilaksanakan selama kegiatan ini sangat penting dalam memberikan landasan teori yang kuat bagi para guru di SLB YPAC Dewantara. Gambar 1 menunjukkan salah satu momen penting dalam kegiatan ini, di mana tim pelaksana menyampaikan materi terkait strategi pengelolaan konflik di sekolah. Proses pemberian materi ini didesain sedemikian rupa agar mudah dipahami dan aplikatif bagi para peserta, dengan memberikan contoh konkret dan studi kasus yang relevan dengan tantangan yang dihadapi di lapangan. Para peserta dapat langsung berdiskusi, bertanya, dan memecahkan masalah yang mereka hadapi, sehingga materi yang diberikan dapat lebih mudah diterima dan diterapkan. Selain itu, pendampingan yang dilakukan diikuti dengan diskusi kelompok yang memungkinkan para guru berbagi pengalaman dan solusi terhadap masalah yang mereka hadapi. Diskusi ini menjadi sarana penting untuk meningkatkan kolaborasi antara guru dan meningkatkan kepercayaan diri mereka

dalam menangani situasi yang kompleks. Dengan dukungan yang diberikan, para guru diharapkan dapat lebih efektif dalam mengelola konflik dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih baik untuk siswa berkebutuhan khusus.

KESIMPULAN

Bahwa kegiatan pengabdian yang bertujuan membangun ketahanan mental guru ABK melalui pengelolaan konflik dan penciptaan harmoni di sekolah memberikan dampak positif yang signifikan. Melalui psikoedukasi dan diskusi, para guru memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang lebih baik dalam menghadapi tantangan sehari-hari di lingkungan sekolah, khususnya dalam menangani siswa berkebutuhan khusus. Kegiatan ini tidak hanya memperkuat kompetensi guru dalam mengelola konflik, tetapi juga meningkatkan komunikasi yang lebih efektif dan membangun hubungan harmonis di sekolah. Selain itu, kerjasama antara perguruan tinggi dan mitra pengabdian membuka peluang untuk kolaborasi di masa depan, mendukung pencapaian indikator kinerja utama universitas, dan memberikan pengalaman berharga bagi dosen dan mahasiswa yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda Ananda Terry. (2020). Penerapan Sinema Edukasi Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Buduran Sidoarjo. *Jurnal BK UNESA*, 11(1), 75–82.
- Asdiarti, R. (2023). Strategi Kerja Sama Keamanan Maritim Indonesia-Jepang Dalam Penanganan Illegal , Unreported , and Unregulated Fishing Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Hubungan Internasional Fajar*, 2, 1–15. <https://journal.unifa.ac.id/index.php/jihif/article/view/637>
- Fahrimal, Y., & Safpuriyadi, S. (2018). Komunikasi Strategik Dalam Penyelesaian Konflik Agraria Di Indonesia. *Jurnal Riset Komunikasi*, 1(1), 109–127. <https://doi.org/10.24329/jurkom.v1i1.18>
- Fatmasari, S., Aziz, I., & Hasyim, U. A. F. A. (2024). Pendekatan Inklusif Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar Untuk Menghadapi Tantangan Abad 21. *Berkala Ilmiah Pendidikan*, 4(1), 28–34.
- Hapsara A. S. (2019). Membangun Karakter Mandiri pada Anak Berkebutuhan Khusus Melalui Strategi Scrum di Negara Totochan. *Jurnal Ideguru*, 4(1).
- Ichsano, A., Mayangsari, A., Nayla, N., Christcanti, R., Zahra, S. F., & Rizkyanfi, M. W. (2024). Bahasa Indonesia Dan Resiliensi Psikologis: Peran Bahasa Meningkatkan Ketahanan Mental Individu Dalam Menghadapi Tantangan Hidup. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 4(2), 206–218. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v4i2.3138>
- Istiningtyas, L. (2014). Kepribadian tahan banting (hardiness personality) dalam Psikologi Islam. *Jurnal Ilmu Agama UIN Raden Fatah*, 14(1), 81–97. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/JIA/index%0Ahttp://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/JIA/article/view/463>.
- Nurhastuti, N., Zulmiyetri, Z., Setia Budi, & Iga Setia Utami. (2021). Ketahanan Mental Keluarga Anak Berkebutuhan Khusus Dalam Menghadapi New Normal. *Jurnal Buah Hati*, 8(1), 20–32. <https://doi.org/10.46244/buahhati.v8i1.1204>
- Nurlaeliah, R., Prasetyo, T., & Firmansyah, W. (2021). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Sekolah Dasar Gugus III Kecamatan Caringin. *E D U K A S I Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan*, 13(1), 2579–4965. <http://journal.umngl.ac.id/nju/index.php/edukasi>
- Putri, J. H. E., Adella, M., Putri, D. A., Walidaini, I., & Nasution, I. (2024). Peran Komunikasi Efektif Untuk Meningkatkan Kolaborasi di Lingkungan Pendidikan Indonesia. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(5), 547–552.
- Putri, W., Leuwol, F. S., & Lasaiba, M. A. (2024). Peningkatan Pemahaman Mitigasi Bencana Peserta Didik Melalui PBL Increasing Students ' Understanding of Disaster Mitigation Through PBL. *GEOFORUM. Jurnal Geografi Dan Pendidikan Geografi*, 3, 85–98.

- <https://doi.org/10.30598/geoforumvol3iss2pp85-98>
- Rahma, A. N. (2023). Optimalisasi Manajemen dalam Penerapan Inklusi Pendidikan di Sekolah Dasar. *JME Jurnal Management Education*, 1(1), 27–37.
- Suriani. (2024). Kolaborasi Guru PAI Dalam Mengatasi Perilaku Bullying. *Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan (JITK)*, 2(2), 309–317.
- Tirtayani, L. A. (2017). Upaya Pendampingan Anak Berkebutuhan Khusus pada Lembaga-lembaga PAUD di Singaraja, Bali. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 12(2), 21–34.
<https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article/view/2817/2059>
- Yulianto, A. B., Sartoyo, Wardoyo, P., & Fariz, A. (2023). Strategi Coping Terhadap Stress Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit: Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 8(1), 51.
<http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/JIA/index%0Ahttp://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/JIA/article/view/463>.
- Yuliyanti, M., Agustin, A., Utami, S. D., Purnomo, S., & Wijaya, S. (2024). Mengembangkan Pendekatan Pendidikan Inklusif Untuk Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar: Strategi Desain Dan Implementasi Pembelajaran. *Https://Journalpedia.Com/1/Index.Php/Jip/Index*, 6(1), 634–649.