

Pelatihan Strategi *Coping Stress (Problem and Emotion Focused)* untuk Guru PAUD dalam Menangani Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Reguler

Training on Coping Stress (Problem and Emotion Focused) Strategies for Early Childhood Education Teachers in Involving Children with Special Needs in Regular Schools

Maulida Nur^{1*}, Nedi Kurnaedi², Havid Surya³, Lintang Mutiarahmah⁴, Nurul Khairunnisa⁵

^{1,2,3,4,5} Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa, Jalan Raya Serang, Jakarta, KM, 03 No.1 B, Pakupatan, Serang, Banten, 42124 – Indonesia

*E-mail corresponding author: maulida.nur@binabangsa.ac.id

Received: 13 Agustus 2024; Revised: 19 Oktober 2024; Accepted: 25 November 2024

Abstrak. Anak dengan kebutuhan khusus berbeda dari anak biasa. Setiap orang tidak ingin dilahirkan dengan kelainan. Orang tua juga tidak ada yang ingin anak mereka dilahirkan dengan kelainan. Sekolah Khusus (SKH) atau Sekolah Luar Biasa (SLB) biasanya adalah sekolah yang mampu memfasilitasi anak berkebutuhan khusus, namun telah berubah dan anak-anak berkebutuhan khusus sekarang dapat bersekolah di Sekolah Reguler. Pemerintah juga sudah menetapkannya melalui undang-undang bahwa sekolah umum harus memberikan pendidikan inklusif. Ketidaksiapan guru dalam melayani anak berkebutuhan khusus di kelas rentan mengalami stres dikarenakan keterbatasan pengetahuan dan sarana prasarana yang tidak memadai. Stres pada guru dapat mengakibatkan hal yang fatal. Oleh karena itu perlu adanya *pelatihan Coping Stress (Problem And Emotion Focused)* Untuk Guru PAUD Dalam Menangani Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Reguler dengan tujuan memberikan pengetahuan kepada guru PAUD yang menangani anak berkebutuhan khusus atau yang kemungkinan besar akan menerima anak berkebutuhan khusus di sekolah PAUD reguler untuk mengelola stres dengan cara yang bijak sehingga tidak melampiaskan rasa tertekan dengan cara-cara yang negatif. Metode yang digunakan yaitu dengan Pelatihan kepada guru PAUD yang menangani anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler. Penelitian ini menunjukkan adanya penambahan pemahaman guru tentang coping stress dan penanganan anak ABK.

Kata Kunci: anak berkebutuhan khusus; *coping stress* inklusif; pendidikan anak usia dini; sekolah reguler.

Abstract. Children with special needs are different from typically developing children. No one wishes to be born with a disability, and parents also do not want their children to have disabilities. Special Schools are typically institutions that cater to children with special needs, however times have changed and children with special needs can now attend regular schools. The government has also mandated this through legislation, which requires public schools to provide inclusive education. One challenge is that many teachers are unprepared to serve children with special needs, which can lead to stress due to limited knowledge and insufficient infrastructure. Teacher stress can have serious consequences. Therefore, there is a need for training in stress coping strategies (both problem-focused and emotion-focused) for Early Childhood Education (ECCE) teachers, particularly those caring for children with special needs in regular schools. The goal of this training is to equip ECCE teachers with the knowledge and skills needed to manage stress effectively and avoid expressing it in harmful ways. The method used in this study involves training ECCE teachers who work with children with special needs in regular schools. The results of the research show that there is an improvement in teachers' understanding of how to cope with stress and support children with special needs.

Keywords: children with special needs; coping stress; early childhood education; inclusive.

DOI: 10.30653/jppm.v9i4.1075



1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hak setiap anak di berbagai negara termasuk Indonesia (Nur dkk., 2023). Hak pendidikan ini dilindungi dalam konvensi pengaturan hak-hak warga negara dalam pendidikan yang disahkan pada tahun 1966. Pasal 13 Ayat 1 berisikan kesepakatan setiap negara untuk mengakui hak atas pendidikan. Kesepakatan dan perjanjian tersebut ditandatangani oleh negara anggota PBB termasuk Indonesia. Bahkan di tingkat Internasional, Indonesia juga berpartisipasi dalam MDGs (*Millennium Development Goals*), yang disebut perjanjian *Millennium Development Goal*. MDGs merupakan upaya untuk mencapai 4.444 hak asasi manusia mendasar yang dijanjikan bersama oleh 189 negara anggota PBB pada tahun 2000. Menerapkan delapan tujuan pembangunan yang ingin dicapai, dimana dua diantaranya berkaitan dengan hak atas pendidikan, yaitu tujuan kedua dan ketiga. Merujuk pada tujuan kedua adalah “mencapai pendidikan dasar untuk semua.” MDGs merupakan upaya untuk memenuhi hak-hak dasar kebutuhan manusia melalui komitmen bersama antara 189 negara anggota PBB pada tahun 2000 untuk melaksanakan delapan tujuan pembangunan. Dari delapan tujuan pembangunan tersebut, salah satu tujuannya yaitu adalah mencapai pendidikan dasar untuk semua (Caprani, 2016; Wahyuningsih, 2018), diperkuat juga oleh Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 5 Ayat 1 yang menegaskan bahwa, “setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu”. Undang-undang inilah yang menjadi bukti kuat hadirnya pendidikan inklusi ditengah masyarakat.

Setiap anak terlahir sempurna namun setiap anak mempunyai keistimewaan yang berbeda, anak berkebutuhan khusus mempunyai keistimewaan yang berbeda dari anak tipikal. Setiap orang tidak ingin dilahirkan di dunia ini dengan menyandang kelainan. Orang tua juga tidak ada yang menghendaki kelahiran anaknya menyandang anak berkebutuhan khusus. Kelahiran seorang anak berkebutuhan khusus tidak mengenal berasal dari keluarga kaya, keluarga berpendidikan, keluarga miskin, keluarga yang taat beragama, atau tidak. Orang tua tidak mampu menolak kehadiran anak berkebutuhan khusus.

Sekolah yang mampu memfasilitasi anak berkebutuhan khusus biasanya adalah sekolah Khusus (SKH) atau Sekolah Luar Biasa (SLB), akan tetapi zaman sudah berubah kini anak-anak berkebutuhan khusus bisa sekolah di sekolah reguler (Nur dkk., 2023). Pemerintahpun sudah mengaturnya dalam undang-undang, bahwasanya sekolah reguler harus menyelenggarakan pendidikan yang inklusi yang merupakan sistem pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus yang terintegrasikan masuk dalam kelas reguler untuk belajar bersama dengan anak-anak *non-berkebutuhan khusus* (Herawati, 2016). Pendidikan yang inklusif masih menjadi impian bagi setiap anak karena masih ada beberapa kendala yang ditemukan dalam mengimplementasikan pendidikan yang inklusif di sekolah reguler. Seperti keterbatasan fasilitas dan keilmuan guru dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus sehingga akhirnya masih menjadi sebuah perbedaan antara sekolah inklusi dan sekolah reguler. Biasanya sekolah yang mengklaim inklusi mereka setidaknya sudah mempunyai kesiapan seperti adanya guru pendamping, *shadow teacher*, atau fasilitas pendukung dalam menerima anak berkebutuhan, sedangkan yang di sebut sekolah reguler merupakan sekolah pada umumnya yang biasanya kompetensi guru dan fasilitas kurang memadai dalam menangani anak berkebutuhan khusus.

Ketidaksiapan guru dalam melayani anak berkebutuhan khusus di kelas rentan mengalami stres pada guru seperti perilaku agresif anak berkebutuhan khusus, fasilitas yang tidak memadai, kurangnya pengetahuan guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus, kesulitan belajar anak berkebutuhan khusus, serta tuntutan pimpinan dan tuntutan orang tua siswa (De Stasio dkk., 2017; Jeon dkk., 2019; McIntyre dkk., 2016; Nur & Racmawati, 2020; Taris dkk., 2004). Stres merupakan suatu keadaan dimana keadaan psikis atau fisik seseorang berada dalam tekanan akibat keterbatasan atau hambatan dalam mencapai suatu tujuan (De Stasio dkk., 2017; Jeon dkk., 2019; Montgomery & Rupp, 2005).

Stres akan berdampak negatif ketika para guru tidak mampu mengatasi stres yang di alaminya, sedangkan guru merupakan ujung tombak dalam peningkatan mutu Pendidikan (Nur dkk., 2023). Dampak negatif dari stres para guru di sekolah akan mempengaruhi proses pembelajaran pada anak yang tidak optimal sehingga berakibat hilangnya kreativitas guru,

penurunan kinerja guru, kualitas interaksi dengan siswa yang memburuk juga akan memengaruhi kualitas guru itu sendiri, dan semakin memengaruhi efektivitas pendidikan (Hughes, 2001; Isabel dkk., 2021). Selain itu stres pribadi guru dan kelelahan emosional terkait pekerjaan menghambat kemampuan mereka untuk memberikan dukungan emosional yang konsisten dan manajemen perilaku positif yang dibutuhkan anak-anak untuk perkembangan emosi sosial positif mereka (Hamre, 2014). Sehingga sangat penting bagi para guru PAUD di sekolah reguler yang menangani peserta didik dengan berkebutuhan khusus untuk mampu mengendalikan stres yang dihadapinya saat menangani anak berkebutuhan khusus atau biasa kita sebut dengan strategi coping stres (Nur dkk., 2023).

Hans Selye menggolongkan stres menjadi dua tipe berdasarkan persepsi individu terhadap stres yang dialaminya. Pertama Hans menyebutnya dengan distres (*stress negative*) sebagai sebuah keadaan yang tidak menyenangkan dan merusak, biasanya ditunjukkan dengan keadaan psikologis yang negatif, seperti perasaan cemas, ketakutan, khawatir, gelisah. Stres golongan kedua yaitu *eustress (stress positif)* stres ini dapat meningkatkan motivasi untuk melakukan sesuatu (Wade & Tavis, 2014). Berdasarkan hasil survei melalui penelitian dengan teknik observasi dan wawancara yang dilakukan di Kota Serang dan Kabupaten Serang ditemukan sebagian guru kerap kali melakukan *coping stress* dengan cara yang negatif, seperti makan-makan yang cenderung tidak sehat, makan dengan jumlah besar, dan berbelanja barang yang tidak terlalu dibutuhkan yang pada akhirnya akan kembali pada kondisi stres (Nur dkk., 2023). Berdasarkan penjelasan dari latar belakang di atas, maka dari itu di perlukannya edukasi berupa pelatihan terhadap pemahaman *coping stress* yang tepat pada guru PAUD guna mempersiapkan menangani anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler. Tujuan pelaksanaan kegiatan ini memberikan pengetahuan kepada guru PAUD yang menangani anak berkebutuhan khusus atau yang kemungkinan besar akan menerima anak berkebutuhan khusus di sekolah PAUD reguler untuk mengelola stres dengan cara yang bijak sehingga tidak melampiaskan rasa tertekan dengan cara-cara yang negatif. Pemilihan coping stres yang tepat di sini yaitu dengan *problem focused coping strategies* dan *emotion focused coping strategies*.

Problem focused coping stress strategies merupakan suatu strategi *coping* dalam mengurangi *stressor* dengan mempelajari hal-hal baru atau sebuah keterampilan baru, yang digunakan untuk mengubah situasi, keadaan, atau pokok permasalahan (Johnson & Dickinson, 2010; Lazarus, 1993; Nur dkk., 2023). *Problem focused coping strategies* adalah usaha dalam mengurangi situasi stres dengan cara mengembangkan kemampuan atau mempelajari keterampilan yang baru untuk mengubah dan menghadapi situasi, keadaan, atau pokok permasalahan (Jeon dkk., 2019; Lazarus, 1993; McIntyre dkk., 2016), sedangkan *Emotion Focused Coping strategies* berfokus pada emosi seperti penyelesaian masalah dengan *positive reappraisal* ini cenderung berpikir positif, bersyukur dan menerima segala yang terjadi dengan baik (Webster-Stratton & Reid, 2003). Maka dari itu pengabdian ini saya beri tema “Pelatihan Pengelolaan Stres dengan *Problem Focused Coping Strategies* dan *Emotion Focused Coping strategies* untuk guru PAUD guna mempersiapkan menangani anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler”.

Pengusul/Ketua PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat) merupakan Dosen Pendidikan Pendidikan Guru Anak Usia Dini (PG PAUD), Universitas Bina Bangsa yang berkolaborasi dengan Dosen PG PAUD dengan latar belakang keilmuannya yaitu Pendidikan Khusus sekaligus seorang terapis anak berkebutuhan khusus dan dosen dari Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Bina Bangsa. Untuk mencapai tujuan di atas, setiap kegiatan PKM ini dibantu oleh 2 orang mahasiswa sebagai bagian dari implementasi MBKM.

Sasaran dan fokus penelitian dalam pengabdian ini yaitu HIMPAUDI (Himpunan Guru PAUD) Kota Serang dan berfokus kepada lembaga sekolah reguler menyatakan kesediaannya menerima anak berkebutuhan khusus di sekolah. Guru PAUD di Kota Serang beberapa memiliki anak berkebutuhan khusus di sekolah karena di kota serang masih terbatas sekolah Khusus jenjang usia PAUD sehingga diharapkan tidak adanya lagi guru paud yang menangani anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler melampiaskan rasa stres nya dengan cara yang negatif. Sehingga berdampak pada trauma dalam mengajar anak berkebutuhan khusus di sekolah PAUD. Lokasi

pengabdian ini di laksanakan pada salah satu aula sekolah swasta di Kota Serang tepatnya di kecamatan kasemen yang dihadiri sekitar 20 lebih guru yang memiliki anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler dengan keterbatasan informasi terkait penanganan anak berkebutuhan khusus serta dan kurang layak dalam sarana prasarana yang dimiliki di kelas untuk penanganan anak berkebutuhan khusus.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu memberikan edukasi berupa pelatihan untuk guru tentang Strategi *Coping Stress* dengan *Problem Focused Coping Strategies* dan *Emotion Focused Coping Strategies* untuk guru guna mempersiapkan menangani anak berkebutuhan khusus di Sekolah Paud Reguler dengan tujuan memberikan pengetahuan kepada guru PAUD yang menangani anak berkebutuhan khusus atau yang kemungkinan besar akan menerima anak berkebutuhan khusus di sekolah PAUD reguler untuk mengelola stres dengan cara yang bijak sehingga tidak melampiaskan rasa tertekan dengan cara-cara yang negatif. Pemilihan *coping stress* yang tepat disini yaitu dengan *Problem focused coping strategies* dan *Emotion Focused Coping strategies*.

Hal yang dilakukan pertama kali sebelum melakukan edukasi berupa pelatihan ini yaitu survei lapangan dalam penelitian dengan teknik observasi dan wawancara yang telah diterbitkan di salah satu jurnal nasional terakreditasi sinta 2 pada tahun 2023 dengan judul *Coping Stress* Guru PAUD dalam menangani anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler. Setelah itu lanjut ke tahap ke-2 yaitu pemilihan dan penentuan metode yang tepat, tahap ke-3 membuat perizinan dan bermitra, tahap ke-4 menyusun rencana pelatihan, dan tahapan terakhir yaitu melakukan evaluasi.

Survei lapangan dalam penelitian dengan teknik observasi dan wawancara

Berdasarkan Hasil Survey melalui Penelitian dengan teknik observasi dan wawancara yang dilakukan di Kota Serang dan Kabupaten Serang ditemukan sebagian guru kerap kali melakukan *coping stress* dengan cara yang negatif yang pada akhirnya akan kembali pada kondisi stres. Pengusul/Ketua PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat) merupakan Dosen Pendidikan Pendidikan Guru Anak Usia Dini (PG PAUD), Universitas Bina Bangsa yang berkolaborasi dengan Anggota Pengusul ke-1 (satu) yaitu Dosen PG PAUD dengan latar belakang keilmuannya yaitu Pendidikan Khusus sekaligus seorang terapis anak berkebutuhan khusus, serta Anggota Pengusul ke-2 (dua) yaitu dari dosen dari Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Bina Bangsa. Melalui bidang kepakaran yang berbeda dan saling keterkaitan dengan tema pengabdian diharapkan dapat mengoptimalkan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang akan dilakukan dengan tema "Pelatihan Strategi *Coping Stress* dengan *Problem Focused Coping Strategies* dan *Emotion Focused Coping Strategies* untuk guru PAUD dalam menangani anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler."

Menentukan metode yang tepat

Pada tahapan ke-2 (dua) dilanjutkan dengan penentuan solusi yang dirasa tepat dalam menyelesaikan masalah dan dari beberapa banyak pertimbangan. Menggunakan pelatihan dirasa tepat dikarenakan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan karyawan dalam melaksanakan pekerjaannya lebih efektif dan efisien (Sofyandi, 2008). Pelatihan adalah setiap usaha untuk memperbaiki performansi pekerja pada suatu pekerjaan tertentu yang sedang menjadi tanggung jawabnya atau satu pekerjaan yang ada kaitannya dengan pekerjaannya (2003:197).

Membuat Perizinan dan Bermitra

Setelah mendapatkan metode yang tepat selanjutnya, Mencari mitra untuk menjadi sasaran dalam pengabdian yang akan dilakukan yang mampu membantu memfasilitasi kegiatan pelatihan ini sehingga terpilihlah Ketua HIMPAUDI Kota Serang yang menjadi mitra. HIMPAUDI sendiri merupakan singkatan dari Himpunan Pendidik dan Tenaga Kependidikan Anak Usia Dini, merupakan sebuah organisasi yang menaungi Pendidik dan Tenaga pendidik kota serang ke PAUD se-Kota Serang. Peranan HIMPAUDI menjadi mitra yaitu membantu dalam pengkondisian guru

yang sesuai dengan sasaran dalam pelatihan ini. selanjutnya mencari tempat yang layak untuk diadakannya kegiatan Pengabdian ini.

Menyusun Rencana Acara Pelatihan

Materi berfokus pada ajakan kepada guru untuk mengelola stres yang di alaminya secara baik dan memberikan keterampilan kepada para guru bagaimana cara mengelola rasa stres secara positif. *Problem Focused Coping* memahamkan para guru untuk me merupakan suatu strategi coping dalam mengurangi *stressor* dengan mempelajari hal-hal baru atau sebuah keterampilan baru yang digunakan untuk mengubah situasi, keadaan, atau pokok permasalahan dan pengusul juga memfasilitasi guru dengan melanjutkan pelatihan ini dengan memberikan keterampilan dalam menangani anak berkebutuhan khusus.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dalam 3 hari 1 hari melakukan pretest untuk melihat pemahaman para peserta dalam pelatihan ini, selanjutnya kegiatan dilakukan dengan sekema seperti pada tabel 1. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Pelatihan Strategi *Coping Stress (Problem And Emotion Focused)* untuk Guru Paud Dalam Menangani Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Reguler sebagai upaya dalam membantu para guru PAUD di sekolah regular dengan segala keterbatasannya menangani anak berkebutuhan khusus karena ketidaksiapan sarana dan prasarana serta ketidaksiapan guru dalam melayani anak berkebutuhan khusus di kelas rentan dan berpeluang mengalami stres. Biasanya perilaku agresif anak berkebutuhan khusus, kurangnya pengetahuan guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus, kesulitan belajar anak berkebutuhan khusus, tuntutan pimpinan, dan tuntutan orang tua siswa (De Stasio dkk., 2017; McIntyre dkk., 2016; Nur & Sari, n.d.; Solari, 2014; Taris dkk., 2004) bisa menjadi penyebab terjadinya stres. Stres merupakan suatu keadaan dimana keadaan psikis atau fisik seseorang berada dalam tekanan akibat keterbatasan atau hambatan dalam mencapai suatu tujuan (Carton & Fruchart, 2014; Montgomery & Rupp, 2005).

Stres para guru di sekolah akan mempengaruhi proses pembelajaran pada anak yang tidak optimal sehingga berakibat hilangnya kreativitas guru, penurunan kinerja guru, kualitas interaksi dengan siswa yang memburuk juga akan memengaruhi kualitas guru itu sendiri, dan semakin memengaruhi efektivitas Pendidikan (Ferreira & Martinez, 2012; Hughes, 2001) sehingga penting sekali untuk para guru PAUD di sekolah regular yang menangani peserta didik dengan berkebutuhan khusus untuk mampu mengendalikan stres yang dihadapinya saat menangani anak bekebutuhan khusus atau biasa kita sebut dengan strategi *coping stress*. Hans Selye menggolongkan stres menjadi dua tipe yaitu *distress (stress negative)* sebagai dan *eustress (stress positif)* (Wade & Tavris, 2014). Sebelum kegiatan berlangsung para peserta mengisi absensi terlebih dahulu



Gambar 1. Absensi sebelum kegiatan pelatihan dimulai

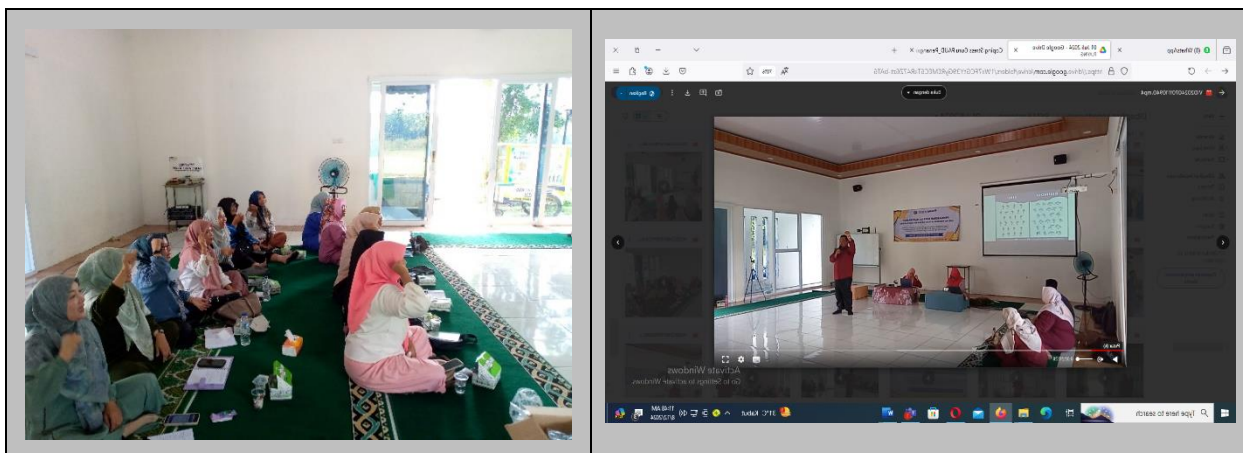
Tabel 1. Rondown acara PKM

Hari	WAKTU	KEGIATAN	PIC	LOKASI
Hari Ke-1	08.30-09.00	Briefing Panitia Persiapan	Mahasiswa, Ketua Pelaksana	
	09.00 - 09.30	Sambutan - sambutan	Mahasiswa, Ketua Pelaksana MC. Mahasiswa	
	09.30 sampai selesai	<p>Narasumber 1 Strategi <i>Coping Stress</i> dengan <i>Problem Focused Coping Strategies Dan Emotion Focused Coping Strategies</i></p> <p>Sesi Tanya Jawab</p>	<p>Penanggung Jawab Nedi Kurnaedi, M.Pd Dosen : Bimbingan Konseling Universitas Bina Bangsa (BK) UNIBA Pendidikan terakhir : S2 BK Moderator : Maulida Nur,M.Pd Dosen PG PAUD UNIBA</p>	Kota Serang
Hari ke-2	08.30-09.00	Briefing Panitia Persiapan	Mahasiswa, Ketua Pelaksana	
	09.00-sampai selesai	<p>Narasumber 2 Penanganan anak berkebutuhan khusus di sekolah</p> <p>Sesi Tanya Jawab</p> <p>Penutupan Acara Pemberian merchandise berupa buku dengan judul “<i>Coping Stress</i> dalam penanganan anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler “ Hasil luaran PDP tahun 2023 Penulis : Maulida Nur</p>	<p>Penanggung Jawab Havid Surya M.Pd Dosen PG PAUD UNIBA Pendidikan Terakhir : S2 Pendidikan Khusus Terapis Anak Berkebutuhan Khusus Moderator : Maulida Nur,M.Pd Dosen PG PAUD UNIBA</p> <p>MC : Mahasiswa Ketua pelaksanan</p> <p>Penulis: Maulida Nur, M.Pd. Novita Sari, M.Pd. Havid Surya, M.Pd. ISBN : 978-623-8385-32-4</p>	Kota Serang

Materi dalam kegiatan pengabdian ini menjelaskan tentang manajemen pengelolaan rasa stres dengan cara positif yaitu menghilangkan stres tanpa merusak diri sendiri, yaitu dengan *Problem Focused Coping Strategies dan Problem Focused Coping Strategies* dimana guru diajak untuk meng-*upgrade* pengetahuannya sehingga diharapkan ketika pengetahuannya dan keterampilannya bertambah dalam menangani anak usia dini akan mengurangi stres terjadi. Guru diajarkan bagaimana menangani anak tantrum dan belajar bahasa isyarat. Peserta mendapatkan pendampingan setelah kegiatan selesai dengan diberikannya aplikasi pendukung berupa akses system informasi mengenai *coping stress* dan anak bekebutuhan khusus.



Gambar 2. Pemateri menjelaskan materi tentang *coping stress*



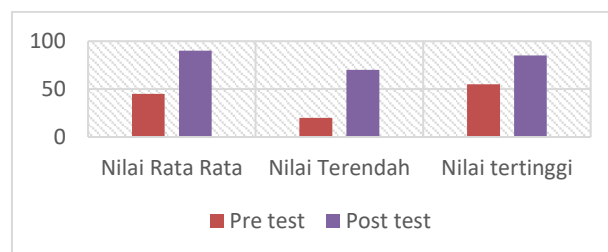
Gambar 3. Kegiatan praktek belajar bahasa isyarat

Pada kegiatan pelaksanaan pengabdian para peserta kegiatan berantusias dalam kegiatan terlihat dari keaktifan para peserta dalam sesi tanya jawab dan sesi diskusi, peserta juga aktif dalam kegiatan praktik mempelajari bahasa isyarat baik itu sibi maupun bisindo.



Gambar 4. Foto bersama dengan perwakilan peserta kegiatan

Kegiatan diakhiri dengan pengisian soal *post-test* dan foto bersama. Jumlah peserta yang mengikuti berjumlah 20 orang dari berbagai sekolah di Kota Serang. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai rata rata peserta adalah 55 dengan nilai terendah yaitu 20 dan nilai tertinggi yaitu 65. Sementara itu nilai postest peserta setelah dilakukan pelatihan meningkat 90 % dengan diperoleh nilai terendah 70 dan nilai tertinggi 90



Gambar 5. Grafik nilai *pre test* dan *post test*

Salah satu peserta berterimakasih dan mengapresiasi kegiatan karena merasa terbantu dengan diadakannya pelatihan tersebut dikarenakan selama ini mereka tidak pernah mendapatkan pelatihan mengenai *coping stress* dalam menagani anak berkebutuhan khusus dan keterampilan bagaimana menangani anak berkebutuhan khusus dikelas. Selama ini biasanya mereka lebih banyak mengikuti pelatihan berupa kurikulum dan bahan ajar. Dan berharap ada keberlanjutan dari pelatihan ini.

4. SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian berupa Pelatihan Pengelolaan Stres dengan *Problem Focused Coping Strategies* dan *Emotion Focused Coping strategies* untuk guru PAUD guna mempersiapkan menangani anak berkebutuhan khusus di sekolah regular ini bertujuan memberikan pengetahuan kepada guru PAUD yang menangani anak berkebutuhan khusus atau yang kemungkinan besar akan menerima anak berkebutuhan khusus di sekolah PAUD regular untuk mengelola stres dengan cara yang bijak sehingga tidak melampiaskan rasa tertekan dengan cara-cara yang negatif. Pemilihan *coping stress* yang tepat disini yaitu dengan *Problem focused coping strategies* dan *Emotion Focused Coping strategies*. Pelatihan ini membuahkan hasil sesuai yang diharapkan terlihat dari capaian kenaikan nilai *post test* dan *pretest* yang telah dilakukan.

REFERENSI

- Caprani, L. (2016). Five ways the sustainable development goals are better than the millennium development goals and why every educationalist should care. *Management in Education*, 30(3), 102–104. <https://doi.org/10.1177/0892020616653464>
- Carton, A., & Fruchart, E. (2014). Sources of stress, coping strategies, emotional experience: effects of the level of experience in primary school teachers in France. *Educational Review*, 66(2), 245–262. <https://doi.org/10.1080/00131911.2013.769937>
- De Stasio, S., Fiorilli, C., Benevene, P., Uusitalo-Malmivaara, L., & Chiacchio, C. D. (2017). Burnout In Special Needs Teachers At Kindergarten And Primary School: Investigating The Role Of Personal Resources And Work Wellbeing. *Psychology in the Schools*, 54(5), 472–486. <https://doi.org/10.1002/pits.22013>
- Ferreira, A. I., & Martinez, L. F. (2012). Presenteeism and burnout among teachers in public and private Portuguese elementary schools. *The International Journal of Human Resource Management*, 23(20), 4380–4390. <https://doi.org/10.1080/09585192.2012.667435>
- Hamre, B. K. (2014). Teachers' Daily Interactions With Children: An Essential Ingredient in Effective Early Childhood Programs. *Child Development Perspectives*, 8(4), 223–230. <https://doi.org/10.1111/cdep.12090>
- Herawati, N. I. (2016). Pendidikan Inklusif. *EduHumaniora | Jurnal Pendidikan Dasar Kampus Cibiru*, 2(1). <https://doi.org/10.17509/eh.v2i1.2755>
- Hughes, R. E. (2001). Deciding to leave but staying: teacher burnout, precursors and turnover. *The International Journal of Human Resource Management*, 12(2), 288–298. <https://doi.org/10.1080/713769610>

- Isabel, A., Lopes, J., & Oliveira, C. (2021). Burnout in Portuguese Teachers: A Systematic Review. *European Journal of Educational Research*, 10(2), 693–703. <https://doi.org/10.12973/eu-er.10.2.693>
- Jeon, L., Buettner, C. K., Grant, A. A., & Lang, S. N. (2019). Early childhood teachers' stress and children's social, emotional, and behavioral functioning. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 61(February 2017), 21–32. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2018.02.002>
- Johnson, D. A., & Dickinson, A. M. (2010). Employee-of-the-Month Programs: Do They Really Work? *Journal of Organizational Behavior Management*, 30(4), 308–324. <https://doi.org/10.1080/01608061.2010.520144>
- Lazarus, R. S. (1993). From Psychological Stress to the Emotions: A History of Changing Outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44(1), 1–22. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.44.020193.000245>
- McIntyre, T. M., McIntyre, S. E., Barr, C. D., Woodward, P. S., Francis, D. J., Durand, A. C., ... Kamarck, T. W. (2016). Longitudinal study of the feasibility of using ecological momentary assessment to study teacher stress: Objective and self-reported measures. *Journal of Occupational Health Psychology*, 21(4), 403–414. <https://doi.org/10.1037/a0039966>
- McIntyre, T. M., McIntyre, S. E., Barr, C. D., Woodward, P. S., Francis, D. J., Durand, A. C., ... Kamarck, T. W. (2016). Longitudinal study of the feasibility of using ecological momentary assessment to study teacher stress: Objective and self-reported measures. *Journal of Occupational Health Psychology*, 21(4), 403–414. <https://doi.org/10.1037/a0039966>
- Montgomery, C., & Rupp, A. A. (2005). A Meta-Analysis for Exploring the Diverse Causes and Effects of Stress in Teachers. *Canadian Journal of Education / Revue Canadienne de l'éducation*, 28(3), 458. <https://doi.org/10.2307/4126479>
- Nur, M., & Racmawati, Y. (2020). The perspectives of kindergarten teachers on the demands of teacher professionalism in rural areas. *Taylor & Francis Group*, 5, 213–217.
- Nur, M., Sari, N., & Surya, H. (2023). Coping Stress Guru PAUD di Sekolah Reguler yang Menangani Peserta Didik Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 6730–6740. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5466>
- Nur, M., Sari, N., & Surya, H. *Coping Stress Guru PAUD Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus*. (2023). Serang: Sada Penerbit.
- Solari, E. (2014). Longitudinal prediction of 1st and 2nd grade English oral reading fluency in ELL. *Journal of Adolescence*, 74(4), 274–283. <https://doi.org/10.1002/pits>
- Taris, T. W., Horn, J. E. Van, Schaufeli, W. B., & Schreurs, P. J. G. (2004). Inequity, burnout and psychological withdrawal among teachers: a dynamic exchange model. *Anxiety, Stress & Coping*, 17(1), 103–122. <https://doi.org/10.1080/1061580031000151620>
- Wade, C., & Tavis, C. (2014). *Psikologi jilid 2* (978th-979th-015-849th-8th ed., Vol. 2). Bandung: Erlangga.
- Wahyuningsih, W. (2018). Millenium Development Goals (Mdgs) Dan Sustainable Development Goals (Sdgs) Dalam Kesejahteraan Sosial. *Bisma*, 11(3), 390. <https://doi.org/10.19184/bisma.v11i3.6479>
- Webster-Stratton, C., & Reid, M. J. (2003). Treating Conduct Problems and Strengthening Social and Emotional Competence in Young Children: The Dina Dinosaur Treatment Program. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 11(3), 130–143. <https://doi.org/10.1177/10634266030110030101>