

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Regulasi Emosi**

##### **1. Pengertian Regulasi Emosi**

Regulasi emosi sebagai salah satu bentuk regulasi afek merupakan usaha mengubah valensi baik atau buruk yang terjadi antara individu dan lingkungan dalam bentuk koping, regulasi mood, dan pertahanan psikologis (Gross, 1998). Regulasi emosi juga mempengaruhi pembentukan kepribadian dan menjadi sumber penting bagi perbedaan individu. Misalnya, seseorang tetap tenang walaupun dalam situasi tertekan, sedangkan individu lainnya siap ‘meledak’ seperti gunung berapi. Gross juga melihat regulasi emosi sebagai penghubung ke pengertian yang lebih luas dari regulasi afeksi (Gross, 1999).

Lebih lanjut Gross dan John (2003) menjelaskan bahwa regulasi emosi meliputi semua kesadaran dan ketidaksadaran strategi yang digunakan untuk menaikkan, memelihara dan menurunkan satu atau lebih komponen dari respon emosi. Komponen ini adalah perasaan, perilaku dan respon fisiologis. Proses regulasi emosi terjadi dua kali, yaitu pada awal tindakan (*antecedent focused emotion regulation* atau *reappraisal*) dan regulasi yang terjadi pada akhir tindakan (*response focused emotion regulation* atau *suppression*). Regulasi awal terdiri dari perubahan berpikir tentang situasi untuk menurunkan dampak emosional, sedangkan regulasi

akhir menghambat keluarnya tanda-tanda emosi. Regulasi awal dianggap lebih efektif daripada regulasi akhir karena regulasi awal yang mengurangi pengalaman dan perilaku pengungkapan emosi tidak mempunyai dampak pada memori. Adapun regulasi akhir yang mengurangi pengungkapan perilaku, gagal dalam mengurangi pengalaman emosi, mempengaruhi memori dan menaikkan respon fisiologis antara orang yang bersangkutan dengan lingkungan sosialnya.

Menurut Cole dkk. (2004) regulasi emosi menekankan pada bagaimana dan mengapa emosi itu sendiri mampu mengatur dan memfasilitasi proses-proses psikologis, seperti memusatkan perhatian, pemecahan masalah, dukungan sosial dan juga mengapa regulasi emosi memiliki pengaruh yang merugikan, seperti mengganggu proses pemusatan perhatian, interferensi pada proses pemecahan masalah serta mengganggu hubungan sosial antar individu (dalam Eisenberg, 2004).

Selanjutnya, Cole dkk. (2004) menerangkan bahwa ada dua jenis fenomena pengaturan, yaitu emosi sebagai pengatur dan emosi yang diatur. Emosi sebagai pengatur berarti adanya perubahan yang tampak sebagai hasil dari jenis emosi yang aktif, misalnya ketakutan akan tampak melalui ekspresi wajah dan perilaku, dan terdapat pada sebuah sistem yang berkaitan dengan emosi seperti aktivitas kardiovaskular, dapat merefleksikan sifat alami emosi itu sendiri daripada sebuah jenis emosi tertentu yang mengatur sebuah sistem secara terpisah. Emosi sebagai pengatur lebih mengarah pada perubahan interdomain, seperti rasa sedih seorang anak yang disebabkan karena strategi yang diterapkannya. Sedangkan emosi yang telah diatur berkaitan dengan perubahan pada jenis emosi yang aktif, termasuk di dalamnya

perubahan dalam kemampuan emosi itu sendiri, intensitas serta durasi emosi yang terjadi dalam diri individu itu sendiri, seperti mengurangi stres dengan menenangkan diri, atau antar individu, seperti seorang anak yang membuat kedua orangtuanya yang sedang sedih menjadi tersenyum. Pengertian regulasi yang digunakan dalam penelitian ini lebih cenderung kepada pengertian yang kedua yaitu emosi yang telah diatur.

Regulasi emosi yang dimaksud lebih kepada kemampuan individu dalam mengatur dan mengekspresikan emosi dan perasaan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Regulasi emosi diri ini lebih pada pencapaian keseimbangan emosional yang dilakukan oleh seseorang baik melalui sikap dan perilakunya.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli tersebut, peneliti menarik kesimpulan regulasi emosi adalah kemampuan memahami apa yang sedang dirasakan, sehingga pertahanan psikologis dalam bentuk pengendalian dan pengaturan diri terhadap stimulus yang menghasilkan segala bentuk emosi negatif mampu dilakukan oleh individu.

## **2. Ciri-ciri Regulasi Emosi**

Individu dikatakan mampu melakukan regulasi emosi jika memiliki kendali yang cukup baik terhadap emosi yang muncul. Kemampuan regulasi emosi dapat dilihat dalam lima kecakapan yang dikemukakan oleh Goleman (2004), yaitu:

- a. Kendali diri, dalam arti mampu mengelola emosi dan impuls yang merusak dengan efektif.

- b. Memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain, artinya lebih peka terhadap perasaan orang lain.
- c. Memiliki sikap hati-hati, artinya dalam melakukan sesuatu harus berdasarkan pemikiran yang matang.
- d. Memiliki adaptibilitas, yang artinya luwes dalam menangani perubahan dan tantangan.
- e. Toleransi yang lebih tinggi terhadap frustrasi, artinya tidak mudah putus asa terhadap masalah.
- f. Memiliki pandangan yang positif terhadap diri dan lingkungannya, artinya lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang dapat melakukan regulasi emosi ialah memiliki kendali diri, hubungan interpersonal yang baik, sikap hati-hati, adaptibilitas, toleransi terhadap frustrasi, pandangan yang positif, peka terhadap perasaan orang lain, melakukan introspeksi dan relaksasi, lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif serta tidak mudah putus asa.

### **3. Manfaat Regulasi Emosi**

Regulasi emosi bermanfaat untuk menghentikan dan mengatur emosi yang muncul baik itu secara otomatis maupun spontan (tidak sadar) sebelum melakukan aksi dalam peristiwa tertentu. Regulasi emosi juga untuk mengendalikan emosi, mengatur penilaian, mengatur dan meredam reaksi fisiologis dengan melakukan relaksasi atau bernafas panjang. Selain itu, regulasi emosi sangat penting dalam kehidupan manusia, khususnya untuk mereduksi ketegangan yang timbul akibat

emosi yang memuncak. Dalam konteks Al-Qur'an juga sebagai pengendalian emosi guna mengurangi ketegangan-ketegangan fisik, psikis dan menghilangkan efek-efek negatif (Hude, 2002).

Berdasarkan pemaparan para ahli diatas, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa manfaat dari regulasi emosi adalah menahan emosi negatif yang dirasakan dengan cara mempositifkan pikiran, menampakkan ekspresi positif kepada orang lain agar yang melihat juga merasakan positif yang ditampakkan.

#### **4. Strategi Regulasi Emosi**

Setiap individu memiliki cara dalam melakukan regulasi emosi. Menurut Gross (1998) ada dua strategi dalam melakukan regulasi emosi, yaitu:

##### *a. Antecedent-focused strategy*

*Antecedent-focused strategy* ialah strategi yang dilakukan seseorang saat emosi muncul dan terjadi sebelum seseorang memberi respon terhadap emosi. *Antecedent-focused* merupakan strategi dalam regulasi emosi dengan mengubah cara berpikir seseorang menjadi lebih positif dalam menafsirkan atau menginterpretasikan suatu peristiwa yang menimbulkan emosi. Oleh karena itu, strategi ini disebut juga dengan *cognitive reappraisal*. *Antecedent-focused strategy* dapat mempengaruhi pengaruh kuat dari emosi sehingga respon yang ditampilkan tidak berlebihan.

##### *b. Respon-focused strategy*

*Respon-focused strategy* ialah bentuk dari pengaturan respon dengan menghambat ekspresi emosi berlebihan yang meliputi ekspresi wajah, nada suara dan perilaku. Strategi ini disebut juga dengan *expressive suppression*. *Respon-focused*

*strategy* hanya efektif untuk menghambat respon emosi yang berlebihan, namun tidak membantu mengurangi emosi yang dirasakan. Individu yang sering menggunakan *respon-focused strategy* membuat seseorang menjadi tidak jujur dengan dirinya sendiri dan orang lain tentang apa yang mereka rasakan serta akan menimbulkan perasaan negatif, daripada individu yang menggunakan *antecedent-focused strategy*. Penelitian membuktikan bahwa *antecedent-focused strategy* lebih efektif sebagai strategi regulasi emosi daripada *respon-focused strategy*.

## **5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi**

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang, yaitu:

### **a. Usia**

Penelitian menunjukkan bahwa bertambahnya usia seseorang dihubungkan dengan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi, dimana semakin tinggi usia seseorang semakin baik kemampuan regulasi emosinya. Sehingga dengan bertambahnya usia seseorang menyebabkan ekspresi emosi semakin terkontrol, Maider (dalam Coon, 2005; dalam Ikhwanisifa, 2008).

### **b. Jenis Kelamin**

Penelitian menemukan bahwa laki-laki dan perempuan berbeda dalam mengekspresikan emosi baik verbal maupun ekspresi wajah sesuai dengan *gendernya*. Perbedaan gender dalam pengekspresian emosi dihubungkan dengan perbedaan dalam tujuan laki-laki dan perempuan mengontrol emosinya. Perempuan lebih mengekspresikan emosi untuk menjaga hubungan interpersonal serta membuat

mereka tampak lemah dan tidak berdaya. Sedangkan laki-laki lebih mengekspresikan marah dan bangga untuk mempertahankan dan menunjukkan dominasi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa wanita lebih dapat melakukan regulasi terhadap emosi marah dan bangga, sedangkan laki-laki pada emosi takut, sedih dan cemas, Fischer (dalam Coon, 2005; dalam Ikhwanisifa, 2008).

c. Religiusitas

Seseorang yang tinggi tingkat religiusitasnya akan berusaha untuk menampilkan emosi yang tidak berlebihan bila dibandingkan dengan orang yang tingkat religiusitasnya rendah, Krause (dalam Coon, 2005; dalam Ikhwanisifa, 2008).

d. Kepribadian

Orang yang memiliki kepribadian *neuroticism* dengan ciri-ciri sensitif, *moody*, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang dapat mengontrol diri dan tidak memiliki kemampuan *coping* yang efektif terhadap stress akan menunjukkan tingkat regulasi emosi yang rendah, Cohen & Armeli (dalam Coon, 2005; dalam Ikhwanisifa).

e. Pola Asuh

Beberapa cara orang tua mensosialisasikan emosi kepada anaknya diantaranya melalui: pendekatan tidak langsung dalam interaksi keluarga (antara anak dengan orang tua), teknik *teaching* dan *coaching*, dan mencocokkan kesempatan dalam lingkungan.

f. Budaya

Regulasi emosi dapat mempengaruhi cara seseorang berespon dalam berinteraksi dengan orang lain dan dalam cara ia meregulasi emosi dari apa yang dianggap sesuai atau *culturally permissible*, Lazarus (1991 dalam Ikhwanisifa, 2008).

g. *Individual Dispositional*

Karakteristik kepribadian seperti *trait* kepribadian yang dimiliki seseorang, dapat mempengaruhi cara seseorang meregulasi emosinya, Brenner & Salovey (1997 dalam Ikhwanisifa, 2008).

## **B. Kepribadian Ekstraversi**

### **1. Pengertian Kepribadian**

Kepribadian memiliki banyak arti. Beberapa teori lebih condong untuk melihat kepribadian sebagai suatu kesatuan yang utuh sedangkan beberapa teori lainnya memfokuskan kepribadian dalam lingkup ciri-ciri yang khas. Kepribadian atau *personality* berasal dari kata *persona* yang berarti topeng, yakni alat untuk menyembunyikan identitas diri. Bagi bangsa Romawi *persona* berarti, “bagaimana seseorang tampak pada orang lain”, jadi bukan diri yang sebenarnya. Adapun pribadi yang merupakan terjemahan dari bahasa Inggris *person*, atau *persona* dalam bahasa Latin yang berarti manusia sebagai perseorangan, diri manusia atau diri orang sendiri (Djaali, 2008).

Kepribadian menurut Allport adalah organisasi dinamik dalam sistem psikofisik individu yang menentukan penyesuaiannya yang unik dengan



lingkungannya. Suatu fenomena dinamik yang memiliki elemen psikologik dan fisiologik, yang berkembang dan berubah, yang memainkan peran aktif dalam berfungsinya individu (Alwisol, 2004).

Eysenck juga mendefinisikan kepribadian merupakan keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun potensial dari organisme, sebagaimana ditentukan oleh keturunan dan lingkungan. Pola tingkah laku itu berasal dan dikembangkan melalui interaksi fungsional dari empat sektor utama yang mengorganisir perilaku; sektor kognitif (*intelligence*), sektor konatif (*character*), sektor afektif (*temperament*) dan sektor somatik (*constitution*) (Alwisol, 2004).

Kemudian, pengertian kepribadian menurut Sigmund Freud adalah pertarungan antara *id*, *ego*, dan *super ego*. *Id* adalah bagian kepribadian manusia yang mengendalikan dorongan biologis, seperti dorongan sex dan sifat agresif, *id* bertindak atas prinsip kesenangan semata, sehingga seringkali disebut tabiat hewani manusia. *Super ego* adalah hati nurani yang bertindak atas prinsip moral. *Super ego* merupakan internalisasi dari norma sosial dan cultural masyarakatnya, *id* dan *super ego* seringkali bertentangan. *Ego* merupakan kepribadian yang menjembatani antarkeinginan *id* dan aturan yang ditentukan oleh *super ego*. Baik *id*, *ego*, dan *super ego*, ketiganya berada dalam alam bawah sadar manusia (Djaali, 2008).

Kemudian pengertian yang sedikit berbeda diungkap oleh Jung bahwa kepribadian adalah mencakup keseluruhan pikiran, perasaan dan tingkah laku, kesadaran dan ketidaksadaran (Alwisol, 2004). Berdasarkan pada beberapa definisi di atas, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa kepribadian adalah suatu ciri

individu yang membedakan antara satu individu dengan individu lainnya dalam membentuk tingkah laku.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepribadian**

Secara khusus faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepribadian ada dua yaitu faktor genetik dan faktor lingkungan (Pervin & John, 2001).

### **a. Faktor genetik**

Faktor genetika mempunyai peranan penting didalam menentukan kepribadian khususnya yang terkait dengan aspek yang unik dari individu (dalam Pervin & John, 2001).

### **b. Faktor lingkungan**

Faktor lingkungan mempunyai pengaruh yang membuat seseorang sama dengan orang lain karena berbagai pengalaman yang dialaminya. Faktor lingkungan terdiri dari faktor budaya, kelas sosial, keluarga, teman sebaya, situasi. Salah satu faktor lingkungan yang paling penting adalah pengaruh keluarga (Collins et al., 2000; Havelson & Wampler, 1997; Maccoby, 2000 dalam Pervin & John, 2001). Orang tua yang hangat atau yang kasar dan menolak, akan mempengaruhi perkembangan kepribadian anak.

Menurut Pervin & John (2001), lingkungan teman mempunyai pengaruh dalam perkembangan kepribadian. Pengalaman pada masa kecil dan remaja dalam suatu kelompok mempunyai pengaruh terhadap perkembangan kepribadian. Situasi, mempengaruhi dampak keturunan dan lingkungan terhadap kepribadian. Kepribadian seseorang, walaupun pada umumnya mantap dan konsisten, berubah dalam situasi

yang berbeda. Tuntutan yang berbeda dari situasi yang berlainan memunculkan aspek-aspek yang berlainan dari kepribadian seseorang. Diantara faktor lingkungan yang mempunyai pengaruh signifikan terhadap kepribadian adalah pengalaman individu sebagai hasil dari budaya tertentu. Masing-masing budaya mempunyai aturan dan pola sanksi sendiri dari perilaku yang dipelajari, ritual dan kepercayaan. Hal ini berarti masing-masing anggota dari suatu budaya akan mempunyai karakteristik kepribadian tertentu yang umum (Pervin & John, 2001).

Faktor lain yaitu faktor kelas sosial membantu menentukan status individu, peran yang mereka mainkan, tugas yang diembannya dan hak istimewa yang dimiliki. Faktor ini mempengaruhi bagaimana individu melihat dirinya dan bagaimana mereka mempersepsi anggota dari kelas sosial lain (Pervin & John, 2001).

### **3. Teori Kepribadian Big Five**

Ada beberapa pendekatan yang dikemukakan oleh para ahli untuk memahami kepribadian. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah teori *trait*. Teori *trait* merupakan sebuah model untuk mengidentifikasi trait-trait dasar yang diperlukan untuk menggambarkan suatu kepribadian. *Trait* didefinisikan sebagai suatu dimensi yang menetap dari karakteristik kepribadian, hal tersebut yang membedakan individu dengan individu yang lain. Selama beberapa tahun debat diantara para tokoh-tokoh teori *trait* mengenai jumlah serta sifat dimensi *trait* yang dibutuhkan dalam menggambarkan kepribadian. Sampai pada tahun 1980-an setelah ditemukan metode yang lebih canggih dan berkualitas, khususnya analisa faktor, mulailah ada suatu kensus tentang jumlah *trait*. Saat ini para peneliti khususnya generasi muda

menyetujui teori trait yang mengelompokkan *trait* menjadi lima besar, dengan dimensi bipolar (Pervin & John, 2001) yang disebut *Big Five*.

#### **4. Kepribadian *Big Five***

*Big Five Personality* adalah suatu pendekatan yang digunakan dalam psikologi untuk melihat kepribadian manusia melalui *trait* yang tersusun dalam lima buah dominan kepribadian yang telah dibentuk dengan menggunakan analisis faktor. Lima *traits* kepribadian tersebut adalah *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*, *openness to experiences*. Trait-trait dalam domain-domain dari *Big Five Personality* Costa & McCrae (1997) yang akan dibahas pada penelitian kali ini adalah *extraversion*.

#### **5. Kepribadian Ekstraversi**

##### **5.1. Pengertian Kepribadian Ekstraversi**

Menurut McCrae dan Costa (2001) kepribadian ekstraversi adalah dimensi yang berhubungan dengan perilaku seorang individu khususnya dalam hal kemampuan mereka menjalin hubungan dengan dunia luarnya. Karakteristik tipe kepribadian ini dapat dilihat melalui luasnya hubungan seorang individu dengan lingkungan sekitar dan sejauh mana kemampuan mereka menjalin hubungan dengan individu yang lain, khususnya ketika berada dilingkungan yang baru (dalam Ghufron & Risnawati, 2012).

Jung mengatakan bahwa orang dengan ciri-ciri tipe kepribadian ekstraversi adalah memiliki sikap periang/sering berbicara, lebih terbuka dan lebih dapat bersosialisasi, lebih di pengaruhi oleh dunia objektif, orientasinya terutama tertuju di

luar. Pikiran, perasaan serta tindakannya lebih banyak ditentukan oleh lingkungan. Jung juga mengatakan seorang ekstrasversi memiliki kecenderungan untuk berorientasi keluar, yang artinya orang tersebut mudah memiliki teman, cenderung mencolok dan mudah dipengaruhi oleh emosi orang lain. Orang yang tipe kepribadian ekstrasversi dalam keadaan tertekan akan menggabungkan diri dengan orang banyak sehingga ia merasa bebannya berkurang (dalam Feist & Feist, 2011).

Eysenck mengemukakan ciri utama kepribadian ekstrasversi adalah ramah/pandai membawa diri, menyukai pesta, mempunyai banyak teman, riang, lincah, dan menurutkan kata hati. Berdasarkan penjelasan diatas dapat dikatakan bahwa kepribadian ekstrasversi adalah kepribadian yang cenderung keluar, bersifat sosial dan mudah dipengaruhi oleh faktor eksternal (dalam John & Pervin, 1996).

Menilai kuantitas dan intensitas interaksi interpersonal, level aktivitasnya, kebutuhan untuk didukung, kemampuan untuk berbahagia (Costa & McCrae 1985;1990;1992 dalam Pervin & John, 2001). Dimensi ini menunjukkan tingkat kesenangan seseorang akan hubungan. Kaum ekstravert (ekstrasversinya tinggi) cenderung ramah dan terbuka serta menghabiskan banyak waktu untuk mempertahankan dan menikmati sejumlah besar hubungan.

Ekstrasversi atau bisa juga disebut juga disebut faktor dominan-patuh (*dominance submissiveness*). Domain ini merupakan dimensi yang penting dalam kepribadian, dimana ekstrasversi ini dapat memprediksi banyak tingkah laku sosial. Seseorang yang memiliki faktor ekstrasversi yang tinggi, akan mengingat semua interaksi sosial, berinteraksi dengan lebih banyak orang dibandingkan dengan

seseorang dengan tingkat ekstrasversi yang rendah. Dalam berinteraksi, mereka juga akan lebih banyak memegang kontrol dan keintiman. *Peergroup* mereka juga dianggap sebagai orang-orang yang ramah, *fun-loving*, *affectionate*, dan *talkative*.

Ekstrasversi dicirikan dengan afek positif seperti memiliki antusiasme yang tinggi, senang bergaul, memiliki emosi yang positif, energik, tertarik dengan banyak hal, ambisius, *workaholic* juga ramah terhadap orang lain. Ekstrasversi memiliki tingkat motivasi yang tinggi dalam bergaul dari hubungan sosial. Seseorang yang memiliki tingkat ekstrasversi yang tinggi dapat lebih cepat berteman daripada seseorang yang memiliki tingkat ekstrasversi yang rendah. Ekstrasversi mudah terpengaruhi oleh perubahan, variasi dalam hidup, tantangan dan mudah bosan. Sedangkan orang-orang dengan tingkat ekstrasversi rendah cenderung bersikap tenang dan menarik diri dari lingkungannya, menjalin hubungan dengan sesama dan juga dominan dalam lingkungannya.

Berdasarkan pemaparan diatas, kepribadian ekstrasversi merupakan sebuah karakteristik di dalam individu yang memiliki kecenderungan untuk terbuka terhadap sekitar, sehingga orang-orang yang memiliki kecenderungan kepribadian ekstrasversi mempunyai ciri-ciri ramah, menyukai interaksi sosial dengan banyak orang, dan memahami keadaan di sekitar.

## **5.2. Komponen Kepribadian Ekstrasversi**

Lima faktor didalam *big five*, masing-masing dimensi terdiri dari beberapa *facet*. *Facet* merupakan *trait* yang lebih spesifik, merupakan komponen dari masing-masing faktor besar tersebut. Komponen dari *big five* faktor tersebut, khususnya

ekstraversi menurut NEO PI-R yang dikembangkan Costa & McCrae (Pervin & John, 2001) adalah:

1. Minat berteman (*Friendliness*), yaitu cenderung berminat memiliki hubungan yang baik dengan orang lain.
2. Minat berkelompok (*Gregariousness*), yaitu lebih menginginkan menyelesaikan sesuatu secara bersama daripada sendiri.
3. Kemampuan asertif (*Assertiveness*), yaitu memiliki kemampuan untuk mengatakan apa yang dirasakan/diinginkan tanpa melanggar hak orang lain.
4. Tingkat aktivitas (*Activity-level*), yaitu lebih cenderung mengikuti kegiatan-kegiatan yang bermanfaat untuk menghabiskan waktu.
5. Mencari kesenangan (*Excitement-seeking*), yaitu melakukan sesuatu dengan tidak terpaksa.
6. Kebahagiaan (*Cheerfulness*), yaitu mampu menerima dan menikmati keadaan apapun.

### **C. Guru SLB**

#### **1. Pengertian Guru SLB**

Menurut Undang Undang No. 14 Tahun 2005, guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar dan pendidikan menengah (Kunandar, 2009).

Lembaga pendidikan SLB adalah lembaga pendidikan yang profesional, yang bertujuan membentuk peserta didik yang menyandang kelainan fisik dan/atau mental

agar mampu mengembangkan sikap, pengetahuan dan keterampilan sebagai pribadi maupun anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam sekitar serta dapat mengembangkan kemampuan dalam dunia kerja atau mengikuti pendidikan lanjutan. Tanggung jawab pendidikan anak-anak berkebutuhan khusus di sekolah terletak ditangan pendidik, yaitu: guru sekolah luar biasa. Oleh karena itu, para pendidik harus dididik dalam profesi kependidikan, agar memiliki kompetensi yang diperlukan untuk melaksanakan tugas dan fungsinya secara efisien dan efektif.

Menurut Permendiknas No.32 Tahun 2008 guru pendidikan khusus/luar biasa adalah tenaga pendidik yang memenuhi kualifikasi akademik, kompetensi dan sertifikasi pendidik bagi peserta didik yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, sosial dan/atau potensi kecerdasan dan bakat istimewa pada satuan pendidikan khusus, satuan pendidikan umum dan/atau satuan pendidikan kejuruan (dalam Asri, 2011).

Memberikan pendidikan yang berkualitas untuk semua anak, terutama bagi anak-anak berkebutuhan khusus merupakan tantangan yang sangat berat. Hal ini terkait dengan semua komponen-komponen pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus yang benar-benar harus dipersiapkan dengan baik. Terutama komponen guru sebagai tiang utama dalam keberhasilan mutu. Peserta didik dengan tingkat kesulitan/kebutuhan yang berbeda, harus diberikan pelayanan pendidikan oleh tenaga pendidik yang memiliki sumber daya sebagai tenaga pendidik anak-anak



berkebutuhan khusus. Sumber daya manusia yang diharapkan adalah sumber daya yang benar-benar berkualitas dan profesional.

## **2. Komponen-Komponen Utama Sekolah Luar Biasa**

Komponen-komponen utama yang selalu terdapat dalam proses pembelajaran di sekolah luar biasa adalah:

- a. Peserta didik, peserta didik berkebutuhan khusus berdasarkan PP RI No. 72 tahun 1991 terdiri atas kelainan fisik yang meliputi tuna netra, tuna rungu, tuna daksa. Kelainan mental yang meliputi tuna grahita ringan, tuna grahita sedang. Kelainan perilaku yaitu tuna laras atau gabungan diantaranya. Termasuk diantaranya anak autis, lambat belajar dan hiperaktif.
- b. Tujuan, tujuan PLB secara rinci yaitu:
  1. Mengembangkan kehidupan anak didik dan siswa sebagai pribadi sekurang-kurangnya mencakup upaya untuk memperkuat keimanan dan ketaqwaan, membiasakan berperilaku yang baik, memberikan pengetahuan dan keterampilan dasar, memelihara kesehatan jasmani dan rohani, memberikan kemampuan untuk belajar dan kepribadian yang mantap dan mandiri.
  2. Mengembangkan kehidupan anak didik dan siswa sebagai anggota masyarakat yang sekurang-kurangnya mencakup upaya untuk memperkuat kesadaran hidup beragama dalam masyarakat, menumbuhkan rasa tanggung jawab dalam lingkungan hidup, memberikan pengetahuan dan keterampilan dasar untuk berperan serta dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara.

3. Mempersiapkan siswa untuk dapat memiliki keterampilan sebagai bekal untuk memasuki dunia kerja.
  4. Mempersiapkan anak didik dan siswa untuk mengikuti pendidikan lanjutan dalam menguasai isi kurikulum yang disyaratkan.
- c. Guru, guru SLB berdasarkan PP RI No. 72 tahun 1991 adalah: “Tenaga kependidikan pada satuan pendidikan luar biasa merupakan tenaga kependidikan yang memiliki kualifikasi khusus sebagai guru pada satuan pendidikan luar biasa”. Setiap komponen pembelajaran saling melengkapi untuk mencapai tujuan pembelajaran.

### **3. Standar Kompetensi Guru Pendidikan Khusus**

Kompetensi inti guru pendidikan khusus menyesuaikan kompetensi inti guru sekolah umum sebagaimana tertuang dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 16 Tahun 2007.

1. Kompetensi Pedagogik.
  - a. Menguasai karakteristik peserta didik dari aspek fisik, moral, sosial, kultural, emosional dan intelektual.
  - b. Menguasai teori belajar dan prinsip-prinsip pembelajaran yang mendidik.
  - c. Mengembangkan kurikulum yang terkait dengan mata pelajaran/bidang pengembangan yang diampu.
  - d. Menyelenggarakan pembelajaran/pengembangan yang mendidik.
  - e. Memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi untuk kepentingan penyelenggaraan kegiatan pembelajaran/pengembangan yang mendidik.

- f. Memfasilitasi pengembangan potensi peserta didik untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimiliki.
  - g. Berkomunikasi secara efektif, empatik dan santun dengan peserta didik.
  - h. Menyelenggarakan penilaian dan evaluasi proses dan hasil belajar.
2. Kompetensi Kepribadian.
- a. Bertindak sesuai dengan norma agama, hukum, sosial dan kebudayaan nasional Indonesia.
  - b. Menampilkan diri sebagai pribadi yang jujur, berakhlak mulia dan teladan bagi peserta didik dan masyarakat.
  - c. Menampilkan diri sebagai pribadi yang sabar, tekun, mantap, stabil, dewasa, arif dan berwibawa.
  - d. Menjunjung tinggi kode etik profesi guru.
3. Kompetensi Sosial.
- a. Bersikap inklusif, bertindak objektif, serta tidak diskriminatif karena pertimbangan jenis kelamin, agama, ras, kondisi fisik, latar belakang keluarga dan status sosial ekonomi.
  - b. Berkomunikasi secara efektif, empatik dan santun dengan sesama pendidik, tenaga kependidikan, orang tua dan masyarakat.
  - c. Beradaptasi di tempat bertugas di seluruh wilayah Republik Indonesia yang memiliki keragaman sosial budaya.

#### D. Kerangka Berpikir

Teori yang dipakai dalam penelitian ini adalah teori *Big Five Personality* dari Costa & McCrae, *big five personality* adalah suatu pendekatan yang digunakan dalam psikologi untuk melihat kepribadian manusia melalui *trait* yang tersusun dalam lima buah domain kepribadian yang telah dibentuk dengan menggunakan analisis faktor. Lima *traits* kepribadian tersebut adalah *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*, *openness to experiences*. *Trait* dalam domain-domain dari *Big Five Personality* Costa & McCrae (1997) yang akan dibahas pada penelitian kali ini adalah *extraversion*. Peneliti memilih untuk meneliti *extraversion* karena karakteristik individu yang memiliki kepribadian tersebut sangatlah mendekati jika dimiliki oleh seorang guru sekolah luar biasa.

*Extraversion* memiliki tingkat motivasi yang tinggi dalam bergaul dari hubungan sosial. Seseorang yang memiliki tingkat *extraversion* yang tinggi dapat lebih cepat bersosialisasi dari pada seseorang yang memiliki tingkat *extraversion* yang rendah. *Extraversion* mudah terpengaruhi oleh perubahan, variasi dalam hidup, tantangan dan mudah bosan. Sedangkan orang-orang dengan tingkat *extraversion* rendah cenderung bersikap tenang dan menarik diri dari lingkungannya, menjalin hubungan dengan sesama dan juga dominan dalam lingkungannya. *Extraversion* dapat memprediksi perkembangan.

Sedangkan untuk regulasi emosi adalah teori dari Gross, regulasi emosi sebagai salah satu bentuk regulasi afek merupakan usaha mengubah valensi baik atau buruk yang terjadi antara individu dan lingkungan dalam bentuk koping, regulasi

mood, dan pertahanan psikologis. Gross menyatakan bahwa regulasi emosi dapat mempengaruhi tingkat emosi dan positif atau negatifnya emosi yang akan terbentuk (Gross, 1999).

Menurut Permendiknas No.32 Tahun 2008 guru pendidikan khusus/luar biasa adalah tenaga pendidik yang memenuhi kualifikasi akademik, kompetensi dan sertifikasi pendidik bagi peserta didik yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, sosial dan/atau potensi kecerdasan dan bakat istimewa pada satuan pendidikan khusus, satuan pendidikan umum dan/atau satuan pendidikan kejuruan (dalam Asri, 2011).

Guru sebagai subjek yang bertugas di sekolah luar biasa, tidak akan terlepas dari aktivitas mengajar, membimbing dan mengarahkan anak-anak luar biasa di sekolah. Pada saat tersebutlah tak jarang seorang guru harus menggunakan kesabaran dan pengendalian diri agar apa yang terjadi tidak mempengaruhi emosinya. Sehingga emosinya tetap dalam keadaan stabil pada saat proses belajar-mengajar.

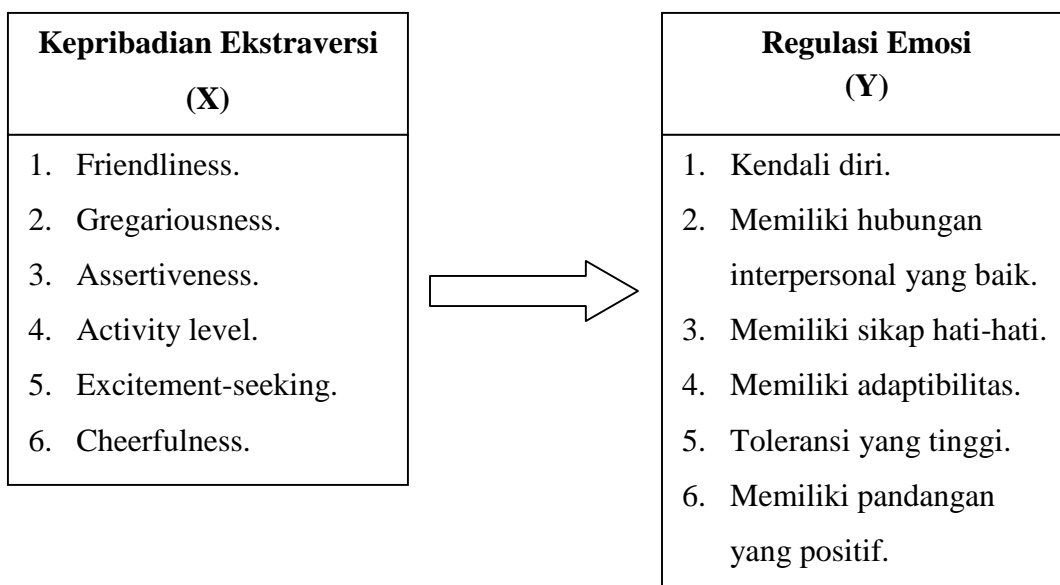
Guru yang kesehariannya bekerja di sekolah luar biasa, memiliki perbedaan dengan guru yang bekerja di sekolah biasa. Memahami, mengajar dan mendidik anak-anak luar biasa setiap harinya sangat membutuhkan sebuah ketulusan dari guru-guru yang mempunyai kepribadian luar biasa pula. Masing-masing guru memiliki kepribadian yang berbeda, hal tersebut adalah pembeda individu satu dengan yang lainnya. Mampukah individu meregulasi emosinya saat emosi negatifnya memuncak, atau bahkan sebaliknya individu hanya mengikuti emosi yang dirasakan dan tenggelam dalam emosinya tersebut.

Selain guru, orang tua pun pasti menginginkan yang terbaik untuk anaknya, demikian juga dalam hal pendidikan. Para orang tua sangat mengharapkan sekolah yang dipilih sebagai sarana anak mereka belajar dan bersosialisasi, dapat membuat anak mereka menjadi lebih baik lagi dan berhasil dalam meraih masa depannya masing-masing. Oleh karena itu, disetiap sekolah khususnya sekolah luar biasa sangat diharuskan untuk mempunyai tenaga pengajar yang mampu mengerti, memahami dan menghadapi anak-anak luar biasa tersebut.

Berdasarkan pemahaman konseptual yang telah diuraikan, maka peneliti bermaksud untuk memperoleh gambaran sejauh mana hubungan antara kepribadian ekstrasversi dengan regulasi emosi pada guru Sekolah Luar Biasa di Pekanbaru.

Keterkaitan antara kedua variabel diatas dapat dilihat pada bagan berikut:

**Gambar 2.1**  
**Keterkaitan antara kedua variabel**



Kepribadian *big five* berperan terhadap regulasi emosi (Widuri, 2010). Artinya, emosi yang dimiliki dapat dikelola secara berbeda sesuai dengan kepribadian yang dimiliki oleh masing-masing individu.

Guru sebagai pendidik profesional mempunyai citra yang baik di masyarakat, apabila dapat menunjukkan kepada masyarakat bahwa ia layak menjadi panutan atau teladan masyarakat sekelilingnya. Maka, dapat dikatakan bahwa seorang guru yang profesional harus memiliki pendidikan yang memadai serta kompetensi yang mantap, yaitu seperangkat penguasaan kemampuan dasar atau kompetensi yang harus dimiliki guru agar ia dapat mewujudkan kinerja profesionalnya secara tepat dan efektif.

Guru yang menghadapi anak-anak luar biasa sering mengalami kesulitan ketika menghadapi perilaku dan emosi dari anak-anak didiknya. Selanjutnya, dapat dinyatakan bahwa ada cara meregulasi emosi tertentu yang dilakukan oleh guru sekolah luar biasa dalam kesehariannya menghadapi anak-anak luar biasa. Oleh karena itu, dengan penelitian yang bersifat kuantitatif ini, peneliti ingin mengetahui hubungan antara kepribadian ekstrasversi dan regulasi emosi pada guru sekolah luar biasa.

### **E. Hipotesis**

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: ada hubungan positif antara kepribadian ekstrasversi dengan regulasi emosi individu. Artinya, semakin dominan kepribadian ekstrasversi maka akan semakin tinggi pula regulasi emosi yang dimiliki individu. Sebaliknya, semakin tidak dominan kepribadian ekstrasversi maka akan semakin rendah regulasi emosi individu.