

Peran Regulasi Emosi Dalam Profesionalisme Guru

Mochammad Ramdan Samadi^{1*}, Laesti Nurishlah², Ani Sri Mulyani³

^{1,2,3}STAI Sabili Bandung

Submitted: 30-08-2023

Accepted: 10-09-2023

Published: 30-09-2023

Abstract

This research investigates the role of emotion regulation skills on teacher professionalism. This study highlights the importance of emotion regulation skills for teachers in creating a positive learning environment, building strong relationships with students, and increasing teaching effectiveness. A lack of emotional regulation can undermine teachers' professionalism and the quality of their teaching. This research uses a qualitative literature study method on data relating to emotional regulation and teacher professionalism. Literature study is used as a research method in an effort to collect, analyze and synthesize findings and understanding that have been developed in scientific literature regarding the role of emotional regulation and teacher professionalism. The practical implications of these findings emphasize the need to support teachers in developing their emotion regulation skills to create a conducive learning environment and improve the overall quality of education.

Keywords: Teacher Emotional Regulation, Teacher Professionalism, Teacher Competence.

***Corresponding author**

kangram1103@gmail.com

ISSN: 2986-5883

PENDAHULUAN

Regulasi emosi guru menjadi fokus perhatian dalam konteks pendidikan modern yang semakin kompleks. Di dalam kelas, guru tidak hanya bertanggung jawab atas peningkatan akademis siswa, tetapi juga memainkan peran kunci dalam membimbing perkembangan emosional dan sosial mereka. Peran guru dalam membentuk emosi siswa adalah esensial dalam menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, aman, dan mendukung perkembangan holistik siswa (Eliza. Dkk, 2022).

Melalui interaksi sehari-hari di kelas, guru tidak hanya menyampaikan materi pelajaran, tetapi juga berperan sebagai model sosial yang mempengaruhi perkembangan emosional siswa. Guru yang memperlihatkan empati, kesabaran, dan penghargaan terhadap perasaan siswa dapat membantu membangun ikatan emosional yang positif dan memperkuat koneksi interpersonal di antara siswa dan guru (Purna. Dkk, 2022). Selain itu, guru juga berperan dalam memberikan dukungan emosional dan membantu siswa mengelola emosi mereka dengan baik (Nurishlah. Dkk, 2023).

Dengan memberikan kesempatan bagi ekspresi emosi yang sehat dan memberikan umpan balik yang mendukung, guru membantu siswa dalam memahami, mengelola, dan bereaksi terhadap emosi mereka dengan cara yang produktif. Secara keseluruhan, peran guru dalam membentuk emosi siswa tidak hanya memengaruhi iklim kelas, tetapi juga berdampak pada prestasi akademik, kesejahteraan siswa, dan perkembangan pribadi mereka dalam jangka panjang. Namun, tantangan mengelola emosi sendiri dalam menghadapi berbagai situasi yang muncul dalam dinamika ruang kelas seringkali menjadi kendala yang signifikan.

Salah satu isu utama yang muncul adalah tekanan dan beban kerja yang dialami oleh guru. Dengan tuntutan akademik yang meningkat

dan tanggung jawab administratif yang berat, guru sering merasa tertekan, yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk mengelola emosi secara efektif. Kendala administrasi yang dihadapi oleh guru dapat memiliki dampak yang signifikan tidak hanya pada emosi dan konflik interpersonal di antara staf pendidikan, tetapi juga memengaruhi pembentukan emosi siswa di kelas. Beban administratif yang berat sering kali mengarah pada perasaan stres, kelelahan, dan frustrasi di antara guru, yang kemudian dapat tercermin dalam interaksi mereka dengan siswa. Guru yang merasa terbebani oleh tugas administratif mungkin cenderung kurang responsif terhadap kebutuhan emosional siswa, kurang sabar dalam menangani konflik, atau bahkan lebih rentan terhadap perasaan kelelahan yang dapat menghalangi interaksi yang empatik dan mendukung (Putra, 2023). Konflik interpersonal antara staf pendidikan juga dapat menciptakan lingkungan kelas yang tegang dan tidak stabil, yang berdampak negatif pada iklim kelas dan kesejahteraan siswa. Ketidakstabilan emosional yang disebabkan oleh konflik di antara guru dapat mempengaruhi kualitas pengajaran, kehadiran emosional guru di kelas, dan bahkan memperburuk situasi konflik di antara siswa. Hal ini dapat mengganggu fokus belajar siswa, mengurangi rasa aman dan dukungan yang mereka rasakan di lingkungan kelas, serta menghambat perkembangan emosional dan sosial mereka. Oleh karena itu, penting bagi lembaga pendidikan untuk memahami dan mengatasi kendala administrasi dengan mengedepankan kesejahteraan guru, memfasilitasi komunikasi yang efektif di antara staf pendidikan, dan mempromosikan praktik manajemen konflik yang konstruktif. Dengan mengurangi beban administratif dan memperbaiki hubungan interpersonal di antara staf pendidikan, lingkungan belajar yang lebih stabil, harmonis, dan mendukung dapat diciptakan, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada

pembentukan emosi yang positif dan kesejahteraan siswa di kelas. Selain itu, keterbatasan dalam pelatihan formal tentang regulasi emosi merupakan hal yang umum di kalangan guru. Keterampilan ini seringkali diabaikan dalam program pelatihan guru, meninggalkan para pendidik tanpa alat yang memadai untuk mengatasi tantangan emosional di ruang kelas. Dampak dari regulasi emosi guru juga tidak hanya mempengaruhi diri mereka sendiri, tetapi juga berdampak langsung pada pengalaman belajar siswa dan efektivitas pengajaran secara keseluruhan.

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk mengelola dan menyesuaikan respons emosional terhadap situasi yang dihadapi. Di lingkungan pendidikan, guru yang mampu mengatur emosi mereka sendiri dengan baik cenderung memiliki dampak yang lebih positif terhadap siswa. Mereka dapat menangani konflik dengan bijaksana, memberikan dukungan emosional yang diperlukan, dan memfasilitasi pembelajaran yang berpusat pada siswa.

Namun, realitas ruang kelas seringkali dipenuhi dengan tantangan emosional yang kompleks. Mulai dari tekanan akademik hingga dinamika sosial antar siswa, guru dihadapkan pada berbagai situasi yang membutuhkan kontrol emosional yang kuat. Kurangnya keterampilan atau pelatihan dalam hal regulasi emosi dapat menghambat kemampuan guru untuk mengelola emosi mereka sendiri dan merespons secara efektif terhadap emosi siswa (Sumiati. Dkk, 2023).

Penelitian sebelumnya telah menyoroti pentingnya regulasi emosi dalam konteks pendidikan, namun, belum ada konsensus yang jelas tentang strategi terbaik atau faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan guru dalam mengatur emosi mereka di ruang kelas. Oleh karena itu, tinjauan literatur tentang profesionalisme guru dan regulasi emosi di ruang kelas menjadi penting untuk memahami dinamika ini secara lebih mendalam.

Dalam pendahuluan ini, kami akan mengeksplorasi hubungan antara profesionalisme guru dan regulasi emosi, merangkum temuan-temuan utama dari penelitian terdahulu, dan menyoroti pentingnya studi literatur lebih lanjut dalam menggali topik ini. Dengan demikian, kami berharap dapat memberikan wawasan yang bermanfaat bagi para praktisi pendidikan, peneliti, dan pembuat kebijakan untuk meningkatkan kualitas pengajaran dan pembelajaran di ruang kelas.

METODE

Penelitian ini menggunakan model penelitian kualitatif metode studi literatur yang akan merangkum hasil analisis literatur untuk memahami peran regulasi emosi dalam profesionalisme guru, tantangan mengelola emosi di ruang kelas, dan kebutuhan pengembangan keterampilan dalam hal ini. Langkah-langkahnya meliputi identifikasi sumber informasi relevan, pengumpulan data dari literatur akademis, analisis sistematis data, interpretasi temuan, dan penyusunan laporan dengan implikasi praktis untuk pendidikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stabilitas emosional bukan hanya sekadar atribut tambahan bagi seorang guru, ini adalah fondasi yang vital bagi keberhasilan mereka dalam mempengaruhi dan membimbing siswa. Kestabilan emosi guru merupakan pijakan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Sebagai pemimpin kelas, guru yang stabil emosinya mampu menangani tantangan dengan tenang dan memberikan respon yang tepat terhadap kebutuhan siswa. Kondisi emosional yang stabil juga memungkinkan guru untuk memberikan dukungan yang konsisten, menginspirasi, dan memotivasi siswa (Slameto, 2014). Ketika guru memiliki stabilitas emosional, mereka memiliki kemampuan yang lebih besar untuk menavigasi berbagai tantangan emosional yang

mungkin muncul dalam lingkungan kelas yang dinamis. Mereka tidak hanya mampu menghadapi situasi-situasi yang menantang dengan tenang dan bijaksana, tetapi juga dapat memberikan respon yang sesuai dan mendukung bagi siswa mereka.

Pentingnya stabilitas emosional guru menjadi semakin jelas ketika kita mempertimbangkan dampaknya terhadap kualitas pembelajaran dan perkembangan siswa. Saat guru mampu mengelola emosi mereka dengan baik, mereka menciptakan lingkungan belajar yang aman, mendukung, dan terbuka. Dalam lingkungan seperti ini, siswa merasa lebih nyaman untuk mengungkapkan diri, mengajukan pertanyaan, dan berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Guru yang stabil secara emosional juga mampu mendeteksi dan merespons kebutuhan siswa dengan lebih sensitif, memastikan bahwa setiap individu merasa didengar, dihargai, dan didukung dalam perjalanan akademik dan pribadinya.

Selain itu, stabilitas emosional juga merupakan fondasi dari profesionalisme guru yang berkualitas tinggi. Ketika guru mampu mengelola emosi mereka sendiri dengan baik, mereka menunjukkan tingkat kepercayaan diri, kontrol diri, dan ketenangan yang penting untuk memberikan pengajaran yang efektif dan mendidik secara positif. Mereka mampu menjaga komitmen terhadap tanggung jawab mereka sebagai pendidik, menunjukkan kesabaran dan ketekunan dalam mengatasi tantangan, serta menunjukkan empati dan kepekaan terhadap kebutuhan individual dan kolektif siswa mereka.

Regulasi Emosi Guru di Ruang Pengajaran

Regulasi emosi guru di ruang pengajaran adalah aspek penting dari praktik pengajaran yang efektif. Di lingkungan kelas yang dinamis, guru sering dihadapkan pada berbagai situasi yang memicu respons emosional, mulai dari kegembiraan hingga frustrasi atau

bahkan kecemasan. Kemampuan guru untuk mengelola emosi mereka sendiri dengan baik dalam konteks ini memiliki dampak langsung pada pengalaman belajar siswa dan kualitas pembelajaran secara keseluruhan.

Pertama-tama, regulasi emosi guru memainkan peran penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Guru yang mampu mengatur emosi mereka sendiri cenderung menciptakan atmosfer kelas yang stabil, tenang, dan aman. Hal ini memungkinkan siswa untuk merasa nyaman dalam mengungkapkan diri, mengambil risiko akademik, dan terlibat dalam pembelajaran secara aktif (Rozi. Dkk, 2022).

Selain itu, regulasi emosi guru memengaruhi interaksi mereka dengan siswa. Guru yang mampu mengelola emosi negatif seperti kekesalan atau frustrasi secara efektif cenderung lebih sabar, empatik, dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Mereka dapat merespons situasi yang menantang dengan tenang dan bijaksana, sehingga membangun hubungan yang positif dan saling percaya dengan siswa.

Tidak hanya itu, regulasi emosi guru juga berdampak pada kualitas pengajaran secara langsung. Guru yang stabil secara emosional cenderung lebih fleksibel dalam merancang dan menyampaikan pembelajaran yang efektif. Mereka dapat mempertahankan fokus pada tujuan pembelajaran, bahkan dalam situasi-situasi yang menantang, dan menyesuaikan pendekatan mereka sesuai dengan kebutuhan dan minat siswa.

Hubungan Profesionalisme Guru dengan Keterampilan Regulasi Emosi

Regulasi emosi memainkan peran yang sangat penting dalam membentuk profesionalisme seorang guru. Seorang guru yang profesional bukan hanya memiliki pengetahuan dan keterampilan

mengajar yang solid, tetapi juga memiliki kemampuan untuk mengelola emosi mereka sendiri dengan bijaksana dan efektif dalam berbagai situasi di ruang kelas (Yasin, 2022). Hal ini karena regulasi emosi merupakan aspek kunci dari kompetensi guru yang menyeluruh.

Profesionalisme guru tidak hanya mencakup penguasaan terhadap kurikulum dan keterampilan pengajaran, tetapi juga melibatkan aspek-aspek seperti etika, komitmen terhadap pembelajaran siswa, dan kualitas hubungan interpersonal dengan siswa, kolega, dan orang tua (Hermansyah. Dkk, 2021). Di sisi lain, regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola respons emosional mereka dalam berbagai situasi.

Salah satu aspek penting dari profesionalisme guru adalah kemampuan mereka untuk mempertahankan kontrol emosional yang baik di lingkungan belajar. Ini tidak hanya berarti tidak terpengaruh oleh emosi negatif, tetapi juga mampu mengelola dan mengarahkan emosi mereka secara produktif. Guru yang stabil secara emosional cenderung mampu menghadapi tantangan-tantangan yang muncul dalam ruang kelas dengan lebih efektif, mempertahankan fokus pada tujuan pembelajaran, dan menjaga interaksi yang positif dengan siswa.

Keterampilan regulasi emosi juga terkait erat dengan kemampuan guru untuk membangun hubungan yang baik dengan siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Guru yang mampu mengelola emosi mereka sendiri dengan baik cenderung lebih dapat dipercaya oleh siswa, karena mereka menunjukkan konsistensi, ketenangan, dan sikap yang positif (Yudiyanto. Dkk, 2023). Selain itu, mereka juga lebih mampu merespons emosi siswa dengan empati dan kebijaksanaan, membantu siswa dalam mengatasi konflik, stres, atau kecemasan yang mereka alami.

Sebaliknya, kurangnya regulasi emosi dapat menghambat profesionalisme guru. Guru yang kesulitan mengendalikan emosi negatif seperti kemarahan atau frustrasi mungkin rentan terhadap respon impulsif yang tidak tepat, seperti memarahi siswa atau menanggapi situasi dengan keras tanpa pertimbangan yang matang. Hal ini dapat merusak hubungan dengan siswa, mengganggu atmosfer kelas, dan bahkan berdampak negatif pada prestasi siswa.

Oleh karena itu, pengembangan keterampilan regulasi emosi menjadi sangat penting dalam pengembangan profesional guru. Pelatihan dan pendidikan yang mencakup strategi regulasi emosi dapat membantu guru untuk meningkatkan keterampilan mereka dalam mengelola emosi, memperkuat profesionalisme mereka, dan meningkatkan efektivitas pengajaran. Dengan demikian, hubungan antara profesionalisme guru dan keterampilan regulasi emosi merupakan elemen kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, berdaya, dan mendukung bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa.

SIMPULAN

Hubungan antara profesionalisme guru dan keterampilan regulasi emosi sangat erat terkait dan memiliki dampak yang signifikan terhadap pengalaman belajar siswa dan efektivitas pengajaran secara keseluruhan. Dalam pengajaran yang efektif, guru tidak hanya perlu memiliki pemahaman yang mendalam tentang materi pelajaran, tetapi juga kemampuan untuk mengelola emosi mereka sendiri dengan bijaksana dalam berbagai situasi kelas.

Dengan memiliki keterampilan regulasi emosi yang kuat, guru dapat mempertahankan kontrol emosional yang baik, memungkinkan mereka untuk menghadapi tantangan dan tekanan yang muncul dalam ruang kelas dengan tenang dan bijaksana. Kemampuan ini membantu

menciptakan lingkungan belajar yang positif, aman, dan mendukung, di mana siswa merasa didengar, dihargai, dan termotivasi untuk belajar. Selain itu, regulasi emosi yang baik juga memungkinkan guru untuk membangun hubungan yang kuat dan produktif dengan siswa, serta menciptakan iklim kelas yang inklusif dan berempati. Guru yang stabil secara emosional cenderung lebih dapat dipercaya oleh siswa, karena mereka menunjukkan konsistensi, ketenangan, dan sikap yang positif dalam interaksi mereka.

Di sisi lain, kurangnya regulasi emosi dapat menghambat profesionalisme guru dan memengaruhi kualitas pengajaran mereka. Guru yang kesulitan mengendalikan emosi negatif mungkin rentan terhadap respon impulsif yang tidak tepat, yang dapat merusak hubungan dengan siswa dan mengganggu proses pembelajaran. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan regulasi emosi menjadi sangat penting dalam pengembangan profesionalisme guru. Pelatihan dan pendidikan yang mencakup strategi regulasi emosi dapat membantu guru meningkatkan keterampilan mereka dalam mengelola emosi, memperkuat profesionalisme mereka, dan meningkatkan efektivitas pengajaran.

Dengan demikian, kesimpulan utama adalah bahwa profesionalisme guru dan keterampilan regulasi emosi saling melengkapi dan penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang positif dan mendukung bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Eliza, D., Sriandila, R., Fitri, D. A. N., & Yenti, S. (2022). Membangun Guru yang Profesional melalui Pengembangan Profesionalisme Guru dalam Penerapan Profesinya. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 5362-5369.
- Hermansyah, Y., Nurishlah, L., & Syahidah, R. N. (2021, December). *The Character Of Social Care In Citizenship Education (Pkn) Learning In*

Elementary Schools. In International Conference on Health Science, Green Economics, Educational Review and Technology (Vol. 3, pp. 481-490).

- Nurishlah, L., Nurlaila, A., & Rusnaya, M. (2023). Strategi Pengembangan Motivasi Instrinsik di Dalam Pembelajaran Siswa Sekolah Dasar. *Murabbi*, 2(2), 1-12.
- Purna, R. S., & Puspasari, D. (2022). Regulasi Emosi Guru dan Menjadi Pendidik yang Profesional. *Warta Pengabdian Andalas*, 29(1), 16-22.
- Putra, B.A.M. (2023). *Pengaruh Bebas Kerja dan Kompensasi Terhadap Kinerja Guru*. *Jurnasl Bisnisman: Riset Bisnis dan Manajemen*, 4(3), 67-76.
- Rozi, Sastra, Purna., Dwinata, Puspasari. (2022). Regulasi Emosi Guru dan Menjadi Pendidik yang Profesional. *Warta Pengabdian Andalas*, 29(1):16-22. doi: 10.25077/jwa.29.1.16-22.2022
- Slameto, S. (2014). Permasalahan-Permasalahan Terkait Dengan Profesi Guru SD. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 4(3), 1-12.
- Sumiati, C. Patilima, H. (2023). *Strategi Guru Dalam Mengembangkan Disiplin Positif pada Anak TK*. *JECE: Journal of Early Childhood Education*, 5(1), 39-54.
- Yasin, I. (2022). Guru Profesional, Mutu Pendidikan dan Tantangan Pembelajaran. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 3(1), 61-66.
- Yudiyanto, M., Hani, U., Ramdani, P., & Nurcahyati, S. (2023). Development of Religious Character in the Learning of Moral Creed in Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(7), 733-741.