

**Sabar Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus Dikala
Pandemi: Studi Kasus Pada Terapis di UPTD Sidoarjo**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Strata (S-1)
dalam Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh:

Cipfridea Arlista Dwitamasiwi

NIM. E97218061

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Cipfridea Arlista Dwitamasiwi
NIM : E97218061
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
Instansi : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Sabar Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus Dikala Pandemi: Studi Kasus Pada Terapis di UPTD Sidoarjo”** ialah hasil karya sendiri, kecuali pada kalimat-kalimat yang telah dirujuk sumbernya

Sidoarjo, 02 Agustus 2022

Saya menyatakan,



Cipfridea Arlista Dwitamasiwi

NIM. E97218061

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan dibawah ini dosen pembimbing sebagai persetujuan melanjutkan sidang skripsi untuk,

Nama : Cipfridea Arlista Dwitamaswi

NIM : E97218061

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul : Sabar Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus
Dikala Pandemi: Studi Kasus Pada Terapis di UPTD
Sidoarjo

Selasa, 02 Agustus 2022

Pembimbing



Dra. Khodijah, M.Si

NIP. 196611101993032001

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi berjudul "Sabar Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus Dikala Pandemi: Studi Kasus Pada Terapis di UPTD Sidoarjo" yang ditulis oleh Cipfridea Arlista Dwitamasiwi ini telah diuji di depan Tim Penguji pada tanggal 11 Agustus 2022

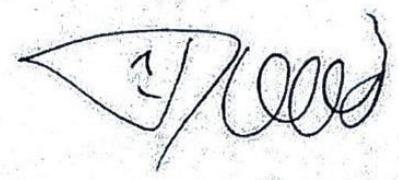
Tim Penguji:

Penguji I



Dra. Khodijah, M.Si.
NIP. 196611101993032001

Penguji II



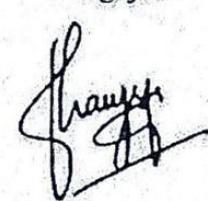
Dr. Mukhammad Zamzami, M.Fil.I
NIP. 198109152009011011

Penguji III



Dr. Tasmuji, M.Ag
NIP. 196209271992031005

Penguji IV



Herliyana Isnaeni, M.Psi, Psikolog
NIP. 201603328

Surabaya, 11 Agustus 2022

Dekan,



Prof. Abdul Kadir Riyadi, Ph.D

NIP. 197008132005011003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
 E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : CIPFRIDEA ARISTA DWITAMASIWI
 NIM : E97218061
 Fakultas/Jurusan : USHULUDDIN DAN FILSAFAT
 E-mail address : cipfridea11121@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Sabar Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus Dikala Pandemi :

Studi Kasus Pada Terapis di UPTD Sidoarjo

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 22 Agustus 2022

Penulis

(CIPFRIDEA ARISTA D.)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Cipfridea Arlista Dwitamasiwi (E97218061), Sabar Menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus Dikala Pandemi: Studi Kasus Pada Terapis di UPTD Sidoarjo. Skripsi, Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Skripsi ini meneliti mengenai bagaimana perspektif terapis ABK mengenai sabar ketika menghadapi anak berkebutuhan khusus. Terutama pada era pandemic ini, dimana pembelajaran dilaksanakan secara daring. Sebagai tenaga terapis tentunya kesabaran menjadi suatu hal yang wajib dijalani. Selain tenaga terapis tentunya manusia wajib menanamkan kesabaran di dalam diri. Selama ini, khususnya terapis ABK yang menjadi subjek penelitian menjalani tugas sebagai tenaga terapis bagi anak berkebutuhan khusus yang menghadapinya pun berbeda dari anak pada umumnya. Oleh sebab itu dalam penelitian ini memfokuskan pada sisi perspektif terapis ABK mengenai sabar yang selama ini dijalani. Rumusan masalah yang diangkat 1) Bagaimana perspektif sabar menurut terapis ABK di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo? 2) Bagaimana perspektif tasawuf dan psikologi mengenai sabar? 3) Bagaimana penerapan sabar yang efektif untuk mendampingi anak berkebutuhan khusus? Penelitian ini memiliki tujuan untuk mendeskripsikan bagaimana perspektif sabar menurut terapis ABK di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo dan penerapan sabar yang efektif dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus. Dalam menjalankan penelitian ini, metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang digunakan oleh penulis. Teknik pengumpulan datanya berupa observasi, wawancara, studi kepustakaan. Dari keseluruhan penelitian ini terdapat dua sumber data yaitu data primer dan data sekunder. Data yang keseluruhannya bersumber dari terapis ABK UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo adalah data primer. Kemudian data sekunder adalah karya-karya yang relevan dengan penelitian ini. Waktu yang dibutuhkan dalam penelitian adalah sebulan penuh mencakup observasi, wawancara dan dokumentasi. Konsep sabar menurut tasawuf yakni mengambil dari pemikiran Al-Ghazali, yang menerangkan bahwa ketika manusia mampu mengendalikan diri dari kemarahan maka dapat memperoleh kesabaran yang tulus. Dalam hal ini memang tidak dapat terhindarkan dari kemungkinan bahwa ledakan emosi yang terjadi karena merupakan reaksi dari sebuah respon alami manusia. Akan tetapi seorang individu dengan spiritual sejati harus dapat mengendalikan dan memperkirakan respon apa yang seharusnya ia tunjukkan ketika diri dalam kondisi diliputi amarah.

Kata Kunci: Sabar, Konsep sabar dalam tasawuf, Konsep sabar dalam psikologi, Anak berkebutuhan khusus.

DAFTAR ISI

Sampul Skripsi	i
Pernyataan Orisinalitas Karya.....	ii
Persetujuan Pembimbing Skripsi	iii
Pengesahan Skripsi	iv
Motto.....	v
Persembahan	vi
Abstrak	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi.....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Metode Penelitian.....	7
F. Penelitian Terdahulu	13
G. Sistematika Pembahasan	21
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Sabar	23
1. Pengertian Sabar.....	23
2. Konsep Sabar Dalam Tasawuf	41
3. Konsep Sabar Dalam Psikologi.....	57
B. Anak Berkebutuhan Khusus.....	65
1. Pengertian ABK	65
2. Karakteristik ABK	67
3. Penanganan ABK.....	77
C. Pembelajaran Masa Pandemi	86
BAB III GAMBARAN UMUM	
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	93

B. Anak Berkebutuhan Khusus di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo	97
C. Deskripsi Subjek Penelitian	101

BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN

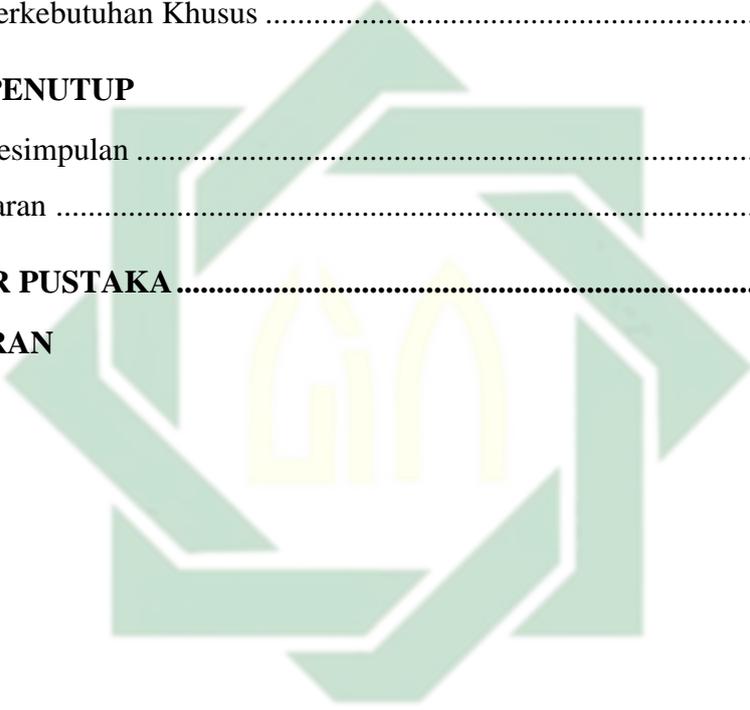
A. Sabar Perspektif Terapis ABK	107
B. Sabar Perspektif Tasawuf dan Psikologi	112
C. Penerapan Sabar yang Efektif Untuk Mendampingi Anak Berkebutuhan Khusus	116

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	130
B. Saran	131

DAFTAR PUSTAKA 133

LAMPIRAN



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pada permulaan tahun 2020, muncul virus baru yaitu coronavirus (SARS-CoV) yang sedang merebak di seluruh dunia atau dapat dinamakan juga sebagai penyakit coronavirus disease 2019 (covid-19). Virus ini masih termasuk dalam golongan penyakit yang dapat menular dan termasuk pada keluarga besar virus dimana penyakit ini dapat menimbulkan gejala dari ringan sampai berat. Akibat yang dapat ditimbulkan bagi seseorang yang terpapar virus ini, dari sakit flu biasa hingga pada dampak yang sangat berat seperti golongan virus berbahaya sebelumnya dan sindrom pernafasan berat parah¹.

Namun, seiring dengan jumlah kasus yang semakin ganas dan meningkat, pemerintah berusaha untuk meminimalisir bertambahnya penyebaran kasus covid-19 dengan membuat kebijakan baru, salah satunya pada bidang pendidikan yakni dengan pembelajaran dari rumah. Akan tetapi saat ini pemerintah memberlakukan kegiatan belajar tatap muka kembali dengan pengurangan pada jam belajar dan diselingi dengan pembelajaran via daring.

Kebijakan tersebut berlaku secara keseluruhan termasuk pada UPTD Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Pusat Layanan Autis Sidoarjo yang

¹ Ellex Sarmigi, "Analisis Pengaruh Covid-19 Terhadap Perkembangan UMKM di Kabupaten Kerinci", *Jurnal Al-Dzahab*, Vol. 1, No. 1 (2020), 2.

memberlakukan pengurangan sesi pada pertemuan tatap muka dan kelas online. Anak-anak yang menderita keterbatasan fisik, psikis, maupun akademis dinamakan sebagai anak berkebutuhan khusus (ABK). Hal tersebut menjadi tantangan tersendiri dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus terutama di masa pandemic. Pemberlakuan kebijakan tersebut menimbulkan beberapa perubahan dari terapis, lembaga serta anak didik. Seperti pada perubahan jam yang berlaku mengurangi efektivitas sesi, dari yang sebelumnya terdapat 3 sesi menjadi 2 sesi.

Perubahan tersebut membuat terapis harus memaksimalkan waktu terapi agar mendapat perkembangan yang baik terhadap anak berkebutuhan khusus walaupun dikala pandemic. Meski demikian, dengan menerapkan kebijakan tersebut juga membantu mengurangi jumlah anak didik di tiap ruangan terapi yang memungkinkan untuk mendampingi anak berkebutuhan khusus secara maksimal. Pengurangan anak didik tersebut bertujuan untuk mengurangi kerumunan dalam satu ruangan sesuai kebijakan yang berlaku.

Tetapi tentunya hal tersebut terkadang membuat terapis kesulitan dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus. Apalagi dikala pandemic dengan kebijakan yang berlaku dengan kelas online (daring).

Dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus tentunya dibutuhkan kesabaran dalam menangani setiap sesi terapi terutama pada sesi terapi kelas online (secara daring) yang menghadapi anak berkebutuhan khusus secara tidak langsung yang tentunya membutuhkan ekstra kesabaran. Dengan hal itu terapis mampu mengontrol anak dan menjalankan kegiatan dengan baik.

Terdapat banyak dan beragam anak berkebutuhan khusus dimana masing-masing memiliki karakteristik yang berbeda. Kesabaran yang dimiliki terapis tersebut dapat mampu mengendalikan emosi karena perbedaan tiap karakteristik anak berkebutuhan khusus. Karena sabar sendiri merupakan salah satu aspek tasawuf yang dapat digunakan sebagai pembinaan mental rohani serta pengendalian emosi yang baik terutama pada masa pembelajaran dikala pandemic.

Tidak dapat dipungkiri pula sabar selain dalam menghadapi suatu permasalahan ataupun keadaan, sabar juga dikaitkan dalam hal ibadah dan mendekatkan diri kepada Sang Pencipta sehingga nilai tersebut dapat selalu tertanam di dalam hati yang akan membuat hati menjadi jernih dari segala penyakit rohani selain itu juga menjadi pribadi yang lebih baik. Hasil dari kesabaran itu akan menghasilkan sifat dimana seseorang terhindar oleh resah gelisah serta amarah, kemudian mampu menjaga lisan dari sikap mengeluh dan mengendalikan anggota badan dari perbuatan yang tidak baik.

Arti dari kata sabar yaitu menahan (al-man'u) atau mencegah (al-habsu). Dalam pengertiannya, hal itu bermaksud dengan suatu kondisi dimana menahan jiwa dari sikap resah, menahan sikap mengeluh keluar dari ucapan, serta mengendalikan pergerakan tubuh dari perbuatan yang dapat menyakiti. Kata sabar dalam landasan penjelasan al-Qur'an dan hadist dapat dimaknai dengan luas, selain memiliki arti usaha dan kerja keras, kemampuan dalam hal pengendalian jiwa dan sebagai solusi ketika menghadapi situasi

sulit atau suatu masalah yang dapat menimbulkan kerugian dapat juga diartikan sebagai sabar².

Konsep 'sabar' secara umum diteliti dalam tinjauan moralitas dan religious. Seperti, ketika seseorang ditimpa oleh cobaan maka orang tersebut harus bersabar, seseorang juga memiliki kewajiban untuk mentaati segala perintah agama serta menjauhi larangan-Nya. Dalam psikologi positif, konsep sabar dapat tergolong menjadi salah satu topic penelitian, yakni mengenai kebersyukuran (gratitude) dan pemaafan (forgiveness)³.

Pengendalian emosi dengan baik tersebut akan menghasilkan sesuatu yang baik seperti anak didik yang lebih mudah diatur dan mampu memperhatikan dengan seksama. Hal itu tentunya akan membuat proses terapi yang dilaksanakan berjalan dengan lancar serta efektivitas waktu yang berlaku menjadi maksimal. Untuk hal tersebut pastilah tiap terapis memiliki pandangan tersendiri mengenai sabar yang dijalani.

Dalam perspektif terapis pandangan yang dimiliki masing-masing berbeda pendapat mengenai sabar. Tentang sabar yang dijalani serta hasil yang di dapat pula berbeda sesuai dengan perspektif masing-masing. Tetapi, sabar yang dijalani memiliki tujuan yang sama yakni sebagai pembinaan mental rohani yang mampu mengendalikan emosi dengan baik dan sebagai pendekatan diri kepada Tuhan.

² Aziza, "Teori Teori Sabar", *Skripsi Universitas Islam Bandung*, 2015, hlm. 39.

³ Subandi, "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi", *Jurnal Psikologi*, Vol. 38, No. 2, (Desember, 2011), 215.

Karena perbedaan perspektif mengenai sabar yang dijalani terapis tersebut maka penerapan sabar yang dilaksanakan baik dalam kehidupan sehari-hari maupun saat sesi terapi akan berbeda tiap masing-masing terapis. Oleh sebab itu, penulis mengambil judul ini untuk menganalisis sabar menurut perspektif terapis ABK ketika menghadapi ABK terutama dikala pandemic serta pengaplikasiannya dalam kehidupan sehari-hari. Perbedaan perspektif tersebut akan di analisa serta di evaluasi dan membandingkan dengan konsep sabar dari teori-teori yang akan diacu.

B. Rumusan masalah

Berlandaskan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka peneliti memperoleh rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana perspektif sabar menurut terapis ABK di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo?
2. Bagaimana perspektif tasawuf dan psikologi mengenai sabar?
3. Bagaimana penerapan sabar yang efektif untuk mendampingi anak berkebutuhan khusus?

C. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini pada dasarnya adalah untuk menjawab dari rumusan masalah yaitu:

1. Untuk mendeskripsikan perspektif sabar menurut terapis ABK di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo.
2. Untuk mendeskripsikan perspektif tasawuf dan psikologi tentang sabar.

3. Untuk mengetahui penerapan sabar yang efektif dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus.

D. Manfaat penelitian

Penelitian ini secara praktis dapat menyampaikan pemahaman dan informasi sebagai berikut:

- a. Bagi penulis

Dapat memberikan penambahan wawasan pengetahuan tentang sabar dan anak berkebutuhan khusus serta penerapannya dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus, sehingga dapat mengetahui mengenai pengendalian emosi maka akan tercipta perasaan damai tidak meninggalkan rasa gundah.

- b. Bagi masyarakat

Diharapkan bisa digunakan sebagai sumber informasi mengenai sabar dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus agar masyarakat dapat memahami permasalahan yang terjadi serta penghadapannya yang tepat.

- c. Bagi pemerintah

Dapat memberikan gambaran terbaik bahwa dengan pemberlakuan hal paling kecil (yakni dengan sabar) dapat mengendalikan mental rohani dan mampu menangani ABK dengan tepat serta memberikan pandangan mengenai penerapan sabar yang efektif dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus.

E. Metode penelitian

a. Jenis dan pendekatan penelitian

1. Jenis penelitian

Peneliti dalam kegiatan penelitian ini memakai metode penelitian kualitatif (case studies). Seperti penjelasan cresswell mengenai jenis penelitian studi kasus (case study) yaitu jenis penelitian yang masih tergolong dalam metode kualitatif dimana secara lebih mendalam memahami suatu kasus tertentu dengan mencakup bermacam-macam pengumpulan sumber informasi⁴. Dalam penelitian ini, secara mendalam peneliti akan mengeksplorasi suatu program, kejadian, proses, kegiatan, terhadap satu orang atau lebih. Disini peneliti melaksanakan eksplorasi secara mendalam tersebut pada suatu proses, aktivitas, terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo.

2. Pendekatan penelitian

Pendekatan penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti yakni pendekatan kualitatif yang cenderung menggunakan analisis serta bersifat deskriptif. Terdapat beragam bentuk studi kasus yaitu terdiri atas deskriptif, eksplorasi, dan eksplanatori. Studi kasus yang bertujuan untuk menggambarkan suatu gejala, fakta, atau realita disebut dengan deskriptif. Dengan tujuan untuk memaparkan secara mendalam suatu kejadian menggunakan pengumpulan data yang mendalam pula, sehingga data yang

⁴ Dr. J.R. Raco, M.E., M.Sc., *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik dan Keunggulannya*, (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010), hal. 37.

diteliti dapat menunjukkan detail yang penting⁵. Pada penelitian ini, berfokus mengenai perspektif sabar menurut pandangan terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo dengan mengamati secara detail proses dan aktivitas serta berbagai pengumpulan data lainnya untuk penelitian ini.

b. Obyek penelitian

Penelitian dilaksanakan pada 8 November – 20 November 2021 yang dilaksanakan di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus (Pusat Layanan Autis) Kecamatan Sidoarjo. Peneliti memilih untuk meneliti di lembaga tersebut karena terdapat penanganan anak berkebutuhan khusus serta kelas terapi dengan terapis yang memandu yang dapat membantu penelitian sehingga telah memenuhi persyaratan untuk dilakukan pengumpulan data dengan jarak yang dekat dengan lokasi peneliti.

c. Instrument pengumpulan data

Studi kepustakaan (library research) digunakan dalam instrument pengumpulan data yang dilaksanakan oleh peneliti untuk mendapatkan data sekunder serta teknik pengumpulan data lainnya.

1. Data yang dikumpulkan

Dari uraian masalah diatas, pendekatan deskriptif kualitatif digunakan dalam penelitian ini untuk mendapat data. Untuk mendapat data primer, lebih dominan menggunakan wawancara, dimana data yang di dapat dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan ke narasumber terkait masalah yang

⁵ Ibid., 56.

dikaji dalam penelitian secara langsung. Karena dengan cara ini peneliti dapat lebih mengetahui secara mendalam mengenai masalah yang sedang dikaji, yaitu tentang Sabar Menghadapi ABK Dikala Pandemi: Studi Kasus Pada Terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus. Lalu dalam penelitian ini untuk subjek yang diteliti adalah terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus (Pusat Layanan Autis) Kecamatan Sidoarjo.

2. Sumber data

Pada pelaksanaan penelitian ini sumber data primer dan data sekunder yang digunakan diantaranya adalah sebagai berikut :

- a. Data yang diperoleh dari sumber utama secara langsung adalah sumber data primer, sumber data pokok berupa wawancara yang dijadikan pedoman penelitian ini akan diamati dan dicatat. Dalam penelitian ini sumber data primer yang digunakan adalah sebagai berikut:

- 1) Terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus (Pusat Layanan Autis) Kecamatan Sidoarjo.

- b. Menggunakan sumber data yang didapat dengan cara meninjau atas dokumen-dokumen yang terkait dengan permasalahan yang dianalisis, yakni sumber data sekunder. Data sekunder yang dipakai yaitu berupa buku, jurnal, artikel dan lainnya. Sumber data sekunder ialah antara lain:

1. Bahan hukum sekunder

a) (jurnal, skripsi, thesis, buku; literature yang dijadikan acuan penelitian)

3. Teknik pengumpulan data

Kualitas dan kelengkapan data dari penelitian kualitatif yang dihasilkan memiliki pengaruh yang bersangkutan dengan kualitas riset. Berupa pertanyaan yang terdiri dari apa, siapa, dimana, kapan, dan bagaimana selalu diperhatikan tiap dalam proses pengumpulan data. Penelitian kualitatif biasanya berlandaskan pada triangulation data yakni: interview, partipican to observation, dan penelitian pustaka (Library Research).

Dalam penelitian kualitatif secara umum menggunakan metode observasi, dokumentasi, serta wawancara ketika melakukan proses pengumpulan data yang dilaksanakan. Kemungkinan dengan penggunaan sumber non manusia seperti data ataupun rekaman wawancara yang dilakukan juga dapat dilaksanakan pada penelitian ini. Dalam prosesnya melibatkan berbagai aktivitas pendukung lain dalam hal pengumpulan data.

a. Interview/wawancara

Wawancara sendiri merupakan cara mendapatkan data dengan menyampaikan pertanyaan secara langsung pada responden yang terpilih sebagai subjek penelitian secara standar dan terstruktur dengan pokok pembahasan dan masalah. Maka dengan metode wawancara ini ditujukan kepada terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus (Pusat Layanan Autis) Kecamatan Sidoarjo yang akan mendapat informasi mengenai komponen sabar yang diteliti, yakni:

- 1) Mampu mengendalikan diri.
- 2) Mampu menjalankan tugas sesuai peran sebagai terapis.
- 3) Memiliki semangat untuk menciptakan solusi apabila terdapat kendala dalam tugas sebagai terapis.
- 4) Mensyukuri apa saja yang terjadi.
- 5) Mampu memaafkan.

b. Observasi

Observasi dilakukan di daerah kecamatan Sidoarjo, tepatnya di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus (Pusat Layanan Autis) dengan tujuan menganalisis permasalahan yang akan diteliti. Peneliti menggunakan metode observasi terbuka dalam penelitian ini yakni dengan mengikuti terapis dalam kelas bersama anak berkebutuhan khusus lalu mengamati bagaimana proses berlangsungnya terapi. Sehingga peneliti mendapat gambaran mengenai apakah komponen sabar yang diteliti dapat dijalankan dengan baik oleh terapis tiap kali menghadapi anak didik berkebutuhan khusus.

Dalam penelitian ini teknik pencatatan observasi menggunakan checklist, dimana membuat table mengenai komponen sabar yang diobservasi lalu melakukan checklist terhadap kriteria yang diinginkan pada penelitian. Pada penelitian ini termuat panduan observasi yang berisikan seperti sebagai berikut.

No	Komponen	Aspek yang diamati	a		b	
			S	TS	S	TS
1	Mampu mengendalikan diri	a. Bersikap tenang				
		b. Tidak mudah marah				

		c. Mengendalikan ekspresi emosi				
Analisa:						
2	Mampu menjalankan tugas sesuai peran sebagai terapis	a. Selalu bersemangat dikala menjalankan tugas				
		b. Tidak merasa terbebani dikala situasi sulit				
		c. Tabah dalam menghadapi kesulitan				
		d. Tidak mengeluh				
Analisa:						
3	Memiliki semangat untuk menciptakan solusi apabila terdapat kendala dalam tugas sebagai terapis	a. Memiliki usaha dalam mencari solusi				
		b. Tidak mudah putus asa				
		c. Lebih bijak dalam berfikir				
Analisa:						
4	Mensyukuri apa saja yang terjadi	a. Perilaku menerima kenyataan				
		b. Ikhlas dalam menjalankan tugas				
		c. Bersyukur				
		d. Menyikapi situasi sulit dengan lapang dada				
Analisa:						
5	Mampu memaafkan	a. Sikap memaafkan				
		b. Menyikapi dengan positif				
		c. Memahami orang lain				
		d. Empati				

Analisa:

c. Library research

Studi kepustakaan dimana menjadi pelengkap dari teknik lain yang dilaksanakan dan menjadi dasar teori dalam penelitian. Pada tahap ini peneliti akan menyatukan pendapat antara teori dan realitas yang terdapat di lapangan. Yakni menghasilkan pandangan mengenai komponen sabar yang diteliti dari terapis dengan teori yang diacu.

4. Analisis data

Proses lanjutan dengan dibutuhkan tinjauan secara mendalam terhadap data, pengajuan pertanyaan-pertanyaan analitis, kemudian sepanjang penelitian menulis secara singkat merupakan analisis data. Penulis menggunakan metode analisis Induktif dalam penelitian. Masalah khusus akan ditarik menuju suatu kesimpulan secara umum. Yakni menarik pemikiran dari pandangan terapis kemudian hasil temuan akan di evaluasi.

F. Penelitian terdahulu

Nama Peneliti	Judul Penelitian	Jurnal/Skripsi/Thesis	Hasil penelitian
Saepulloh	Transformasi Pemaknaan Sabar Bagi Terapis: Studi Fenomenologis di Yayasan Budi Mulya, Kecamatan Cililin, Kabupaten Bandung Barat	Jurnal (p-ISSN: 2721-2491 e-ISSN: 2721-2246; Volume. 1, Nomor. 4, September 2020)	Subjek memaknai sabar dengan menerima seluruh kondisi, dari rasa sayang dan ketulusan menimbulkan perilaku sabar dan bersikap dengan tenang ketika menghadapi anak autis. Segala ujian

		<p>yang diberikan oleh Allah dihadapi dengan ikhlas serta selalu berfikiran baik (husnudzon) pada segala sesuatu. Mampu mengendalikan emosi ketika menghadapi sikap negative dari anak-anak autis, seperti ketika mereka secara spontan memukul atau berbuat sesuatu secara negative lainnya yang dapat menyebabkan fisik dari terapis luka, dihadapi dengan tenang dan tidak membalas perbuatan dengan hal yang sama. Serta berusaha menekan ego demi mengendalikan emosi yang baik. Disimpulkan bahwa terapis mampu memahami secara berkeluruhan proses sehingga mengalami perubahan dari pribadi sabar yang dimiliki secara umum menjadi penerapan sabar secara professional.</p>
--	--	--

<p>Perbedaan: penelitian yang dilakukan Saepulloh dengan melihat penunjang tanda-tanda saja yang terjadi pada terapis di Yayasan Budi Mulya Kabupaten Bandung Barat serta studi fenomenologis, sedangkan yang ditulis penulis ialah mengenai sabar menurut pandangan (perspektif) terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo dengan penyertaan hasil yang didapat oleh terapis sendiri dengan bersabar terutama menghadapi anak didik di masa pandemic.</p>			
<p>Amita Darmawan dan Lukmawati</p>	<p>Makna Sabar Bagi Terapis</p>	<p>Jurnal (Volume 1, Nomor 1; 2015)</p>	<p>Dapat disimpulkan mengenai penjelasan pada jurnal dalam memaknai sabar subjek melakukan hal sebagai berikut: (1) segala kondisi yang terjadi dapat diterima, timbul perilaku sabar yang diawali dari memiliki rasa sayang dan ketulusan ketika menghadapi perilaku anak autis dengan tenang. (2) dapat menerima segala ujian yang telah diberikan oleh Allah secara ikhlas serta menghadapi semua masalah selalu berfikir baik. (3) perilaku negative dari anak autis dapat ditahan dengan pengendalian emosi yang baik, seperti ketika secara tiba-tiba mereka memukul atau berbuat sesuatu yang dapat melukai kondisi fisik</p>

			<p>terapis yang dihadapi dengan tenang tidak membalas perilaku tersebut. (4) berusaha menekan ego untuk dapat mengendalikan emosi dengan baik.</p>
<p>Perbedaan: penelitian yang dijalani oleh Amita Darmawan dan Lukmawati dengan hanya pemberian pengertian makna sabar saja pada terapis yang bertempat di Yayasan Bina Autis Mandiri Palembang, sedangkan yang ditulis penulis ialah mengenai sabar menurut pandangan (perspektif) terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo dengan penyertaan hasil yang didapat oleh terapis sendiri dengan bersabar terutama penghadapan anak didik abk di masa pandemic.</p>			
<p>Chotimatul Muzaroah</p>	<p>Konsep Sabar dalam Menangani Anak Tunagrahita: (Studi Pemahaman Guru di KB-TK Assakinah Inklusi Wirosari)</p>	<p>Skripsi</p>	<p>Guru di KB-TK Assakinah Inklusi Wirosari memiliki konsep sabar yang dipahami dalam menangani anak tunagrahita adalah dengan ikhlas menerima anak tunagrahita apapun kondisinya, mampu mengendalikan diri ketika mendapatkan perilaku negative yang ditimbulkan oleh anak tunagrahita, memiliki toleransi pada anak penyandang, serta perhatian yang cukup untuk anak penyandang tunagrahita. Beberapa bentuk dari konsep sabar</p>

			<p>yang telah dipahami oleh guru di KB-Tk Assakinah Inklusi Wirosari diterapkan dengan memiliki rasa sabar dan segala perlakuan anak diterima dengan lapang dada, tulus menyayangi anak tunagrahita serta mampu memberi anak rasa nyaman hingga keterbukaan terhadap anak. Semua penerapan dari memahami konsep sabar tersebut dapat membuat anak dengan baik mengikuti proses pembelajaran seperti semestinya tanpa unsur paksaan.</p>
<p>Perbedaan: penelitian yang dilakukan Chotimatul Muzaro'ah dengan memaparkan mengenai konsep sabar dan pemahaman bentuk konsep sabar yang dimiliki guru di KB-Tk Assakinah Inklusi Wirosari, sedangkan yang ditulis penulis ialah mengenai sabar menurut pandangan (perspektif) terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo serta hasil yang didapat oleh terapis sendiri dengan bersabar.</p>			
Shabrina Hikmah Khaerunisa, Lukmanul Hakim, Yossy Dwi Erliana	Regulasi Emosi Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus di SDIT Insan Qurani Sumbawa Besar	Jurnal (Vol. 2 No. 1/ e-ISSN: 2686-5386)	<p>Bagi beberapa yang memiliki hafalan mempengaruhi regulasi emosi yang dimiliki. Hal tersebut terdapat beragam faktor yang dijumpai di lapangan oleh peneliti. Faktor-</p>

			faktor yang ditemukan berupa suasana hati dalam diri subjek, ketika mengajar apa terdapat kesiapan, pengalaman dari mengajar sebelumnya, gender, serta dalam melibatkan al-Quran sejauh mana subjek mampu menata emosinya.
Perbedaan: penelitian yang dilakukan Shabrina Hikmah Khaerunnisa, Lukmanul Hakim, dan Yossy Dwi Erliana memaparkan mengenai pendendalian emosi (tidak hanya sabar, namun suasana hati juga ikut terlibat) dengan melakukan perbandingan oleh beberapa subjek di SDIT Insan Qurani Sumbawa Besar, sedangkan yang ditulis oleh penulis ialah mengenai implementasi sabar oleh terapis disertai perspektif sabar menurut terapis yang hasil didapat akan seperti apa.			
Yulia Agustin	Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali Ditinjau dari Perspektif Konseling Islam	Skripsi	Pada penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwasanya sabar adalah bagian yang sangat berpengaruh bagi keagamaan seorang individu, sebab sabar ialah suatu kewajiban dari Iman, dengan penerapan sabar seseorang mampu menyadari perbuatan dosa dan menjadi seseorang yang taat dapat membawa

			seseorang kepada kebaikan.
Perbedaan: penelitian yang dilakukan Yulia Agustin yakni mengenai konsep sabar dari Imam Al-Ghazali dengan menggunakan teori-teori Islam sedangkan yang ditulis oleh penulis tidak hanya konsep sabar dari segi tasawuf tetapi terdapat konsep sabar dari terapis dan psikologi.			
Utari Permata Indah	Implementasi Sabar Oleh Pengasuh dalam Menangani Penderita Autis di SLB Autisma Bunda Bening Selaksa Hati Cileunyi, Bandung	Thesis	Peran pengasuh sebagai orang tua kedua yang merupakan pengganti dari tugas orang tua, dimana pengasuh merawat, membimbing serta menangani perkembangan anak. Akan tetapi, penanganan terhadap anak autis tidak semua diperlakukan sama seperti halnya anak normal lainnya. Bertugas menjadi seorang pengasuh secara penuh, terutama merawat anak autis secara 24 jam dibutuhkan kesabaran yang maksimal. Sikap sabar adalah hal yang sangat penting dalam menangani serta membimbing penyandang autis. Tentunya sebagai pengasuh

			dituntut untuk bersikap sabar dalam melaksanakan tugas. Melalui sabar, pengasuh dapat memahami serta memaklumi ketidakmampuan anak asuhnya dalam bentuk kasih sayang.
Perbedaan: penelitian yang dilakukan Utari Permata Indah dengan menjelaskan implementasi sabar (penerapan sabar) dalam menangani anak autis, sedangkan yang ditulis oleh penulis yakni implementasi sabar sebagai upaya softskill serta hasil yang di dapat dari sabar oleh terapis sendiri.			
Samsuddin	Burnout Pada Terapis Anak Berkebutuhan Khusus	Jurnal (Vol. 1 No. 2/ ISSN: 2477-2666/E-ISSN: 2477-2674)	Karakteristik individu seperti memiliki sifat perfeksionis dapat berkaitan yang menjadi sumber burnout terapis ABK. Meliputi beban tugas pada pekerjaan yang dirasa berlebihan, seperti banyaknya jumlah klien yang harus diatasi, mengemban tanggung jawab yang besar, terjadinya perasaan konflik peran dalam diri. Adanya keterlibatan emosi yang saat melakukan terapi terkadang keluar

			karena pada kegiatan ketika sesi terapi sedang berlangsung klien tidak bisa diajak berkompromi.
Perbedaan: penelitian yang dilakukan Samsuddin berfokus mengenai penyebab yang terjadi (burnout) salah satunya adalah saat menangani anak didik (susah diatur) pada anak berkebutuhan khusus dimana disaat itu diperlukan pengendalian sabar yang baik, sedangkan yang ditulis penulis ialah hasil dari sabar dalam menghadapi abk serta sabar perspektif terapis saat menghadapi anak didik berkebutuhan khusus.			

G. Sistematika pembahasan

Penulis membagi dalam beberapa bab yang disusun dengan sistematis terbagi menjadi 5 bab:

1. BAB I : PENDAHULUAN

Berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian, penelitian terdahulu yang sesuai dengan pembahasan lalu yang terakhir menguraikan sistematika pembahasan.

2. BAB II : LANDASAN TEORI

Pada bab ini berisikan mengenai landasan teori dari isi penelitian yaitu pengertian sabar, pengertian anak berkebutuhan khusus, dan pembelajaran masa pandemic.

3. BAB III : GAMBARAN UMUM

Berisikan gambaran umum mengenai lokasi penelitian dan subjek penelitian.

4. BAB IV : ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Memuat analisis dan pembahasan dari rumusan masalah penelitian yang dijabarkan.

5. BAB V : PENUTUP

Berisikan mengenai hasil kesimpulan penelitian penulis serta berisikan saran dalam penelitian yang dilaksanakan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Sabar

a) Pengertian Sabar

Secara etimologi sabar merupakan kata yang berasal dari bahasa Arab, yakni *sha/b/r* yang tersusun dari huruf *shâd, bâ', râ'*. Kata *shabr* ialah bentuk *mashdar* dari kata *sha/ba/ra*. Dari unsur kebahasaan, kata *shabara* dapat memuat makna yang beragam. Dapat berarti sabar atau tabah hati jika diikuti oleh partikel *'alâ*. Apabila diiringi oleh partikel *'an* memiliki arti *amsaka* (menghalau atau menekan). Jika bermakna *akraha wa alzama* (memaksa dan keharusan) maka diiringi partikel *hu* dan bila disertai partikel *bi* artinya adalah *kafala* (menanggung).¹

Kata *shabara* jika diiringi partikel *'ala* menurut Luwis Ma'luf akan memiliki arti yang luas. *Jaru'a* (berani), *syaju'a* (mental yang kuat), dan *tajallâ* (memperlihatkan diri). Diterangkan oleh Ibn Manzhur, bahwa arti awal dari *shabr* ialah menahan, semacam mengurung binatang, menahan diri, dan mengendalikan diri. Berdasarkan hal tersebut, maka puasa dapat juga disebut sabar (menahan makan serta minum) dan bulan puasa dinamakan sebagai bulan sabar (*syahr al-shabr*) karena orang yang berpuasa diwajibkan untuk menahan dirinya dari makan, minum, serta godaan nafsu lainnya ketika berpuasa satu bulan penuh.

¹ Sopyan Hadi, "Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an", *Jurnal Madani*, Vol. 1, No. 2, (September, 2018), 474.

Sedangkan menurut Ibn Faris, makna *shabr* terdapat 2, yakni *a'la al-sya'I* (puncak sesuatu) dan *jins min al-hijârah* (sejenis batu). Kedua makna tersebut memiliki kaitan dengan maksud kata *shabara* sebelumnya. Dikarenakan orang yang sabar mempunyai jiwa yang kokoh seperti batu dan kedudukan sabar juga sangat mulia. Kata *al-shabr* dapat juga diartikan sebagai teguh (*al-istiqâmah wa al-mudâwamah*) dan menunggu (*al-intizhâr*). Kata *shabara* memunculkan kata lain yaitu *shâbara*, *ashbara* dan *ishthabara*. Arti kata peningkatan intensitas menunjukkan dari kata *shâbara*.²

Secara terminology sabar dapat didefinisikan dengan beragam oleh para ulama. Perbedaan pemberian arti mengenai sabar dikarenakan oleh cara pemahaman mereka yang berbeda dalam pemahaman sabar di dalam al-Qur'an, selain itu dikarenakan latar belakang keilmuan ulama. Namun, pada umumnya ulama yang membicarakan mengenai sabar adalah mereka yang mempunyai latar belakang tasawuf. Hal tersebut dikarenakan sabar termasuk topik utama dalam tasawuf.

Sabar dapat diartikan sebagai ibadah hati dimana manusia menahan diri dari nafsu yang dapat mempengaruhi dalam mengenai hal-hal yang bersifat duniawi seperti keinginan mendapatkan harta berlimpah, keinginan memperoleh jabatan tinggi, keinginan memiliki hal-hal yang mewah, dan keinginan-keinginan lainnya, dimana keinginan tersebut merupakan suatu hal yang berada di luar keinginan nafsu manusia untuk memenuhinya. Apabila keinginan tersebut tidak terpenuhi dapat menimbulkan rasa gundah dalam

² *Ibid.*, 475.

hati atau perasaan bersedih sehingga akan memunculkan amarah, tidak tenang, gelisah, tidak rela, menggerutu, sedih, serta putus asa. Hingga pada akhirnya hal yang sangat parah dapat terjadi adalah perilaku melupakan kekuasaan dan kehendak Allah Swt.³

Dalam kamus bahasa Indonesia, sabar mempunyai 3 definisi, yaitu yang pertama menghadapi cobaan misalnya tidak mudah marah, pantang menyerah, dan tidak mudah patah hati. Pada hal tersebut, definisi sabar bisa juga dimaknai sebagai tabah. Kedua, sabar dapat juga diartikan dengan teguh pada pendirian yaitu biasanya dilihat dengan kehati-hatian ketika berbuat sesuatu, memiliki ketahanan uji dalam setia untuk selalu menjalani perintah-perintah Allah, dan mampu menahan diri dari godaan dan cobaan duniawi. Ketiga, sabar dapat didefinisikan dengan tenang, tidak cepat-cepat dan tidak terburu-buru. Maksudnya, dapat dimaknakan sebagai tekun.⁴

Arti dari kata sabar sendiri berasal dari al-man'u (menekan) atau al-habsu (menghalau). Dengan pengertian mengenai kata sabar yaitu menekan jiwa dari sikap cemas, menjaga ucapan untuk terhindar dari sikap mengeluh, serta mengendalikan anggota badan lainnya dari perbuatan yang dapat melukai. Berlandaskan penjelasan al-Qur'an dan hadist, kata sabar mempunyai arti yang sangat luas, selain dapat mempunyai makna usaha dan kerja keras, sabar juga bisa diartikan sebagai kemampuan dalam hal pengendalian jiwa dan sabar dijadikan juga sebagai upaya untuk

³ Yunus Hanis Syam, *Sabar dan Syukur Membuat Hidup Lebih Bahagia*, (Yogyakarta: Mutiara Media, 2009), hal. 19.

⁴ Aziza, Skripsi: *"Teori-Teori Sabar"* (Bandung: Universitas Islam Bandung, 2015), Hal. 39.

menyelesaikan kesulitan atau permasalahan yang dapat menimbulkan kerugian.⁵

Sabar adalah sebagian dari iman, yaitu termasuk dalam sikap terpuji (*akhlaqul karimah*) yang setiap orang wajib memilikinya berguna untuk menaikkan derajat manusia sebagai khalifah Allah di muka bumi. Sifat sabar yang berguna akan menghasilkan pengendalian emosi yang baik dan terhindar dari perilaku tercela. Sabar dapat menjadi dinding yang kokoh apabila seseorang tengah dilanda kesulitan yang diberikan oleh Allah Swt, dimana seorang individu yang sabar tidak akan meratapi dan mengeluh akibat cobaan yang sedang menimpa dirinya, meskipun cobaan yang diterima tidak peduli seperti apa berat dan pahitnya. Akan tetapi dengan sabar tidak bermaksud menyerah dengan pasrah atas keadaan yang ada. Melainkan terus mengusahakan dengan keras untuk menyelesaikan segala persoalan ataupun hal yang menghalangi dari apa yang kita inginkan.⁶

Dalam keberagaman sifat dan karakter masing-masing tiap manusia maka sebagai insan yang memiliki pegangan hidup yang kokoh yakni Islam, oleh karena itu haruslah dengan sepenuh hati berusaha untuk dapat menjalani hidup ini dengan penuh kesabaran. Perintah untuk menerapkan kesabaran dalam Islam agar taat kepada Allah dan menghadapi perbuatan tercela dan kemungkaran terdapat pada al-Qur'an. Allah berfirman dalam Q.S. Ali Imran/3: 200, yang berbunyi,

⁵ *Ibid*

⁶ Yunus Hanis Syam, *Sabar dan Syukur Membuat Hidup Lebih Bahagia*, (Yogyakarta: Mutiara Media, 2009), hal. 20.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (200)

Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung.

Berdasarkan hadist yang telah diriwayatkan oleh Ibnu Abi Dunya, sebagaimana yang disabdakan Rasalullah Saw yaitu, “Sabar terdapat tiga macam, yakni sabar ketika menghadapi musibah, sabar melaksanakan ibadah/taat dalam beribadah, dan sabar menahan diri dari perbuatan maksiat.” (HR. Ibnu Abi Dunya).⁷

Sabar juga dapat digolongkan pada perbuatan yang mempunyai tingkat dan nilai yang tinggi di lingkungan hidup apa pun dan di mana dia hidup serta usaha terkait pengembangan diri yang berguna bagi kebaikan hidupnya untuk mencapai kesempurnaan hidup baik di dunia maupun untuk di akhirat senantiasa. Orang yang mampu mengontrol dirinya dari beraneka ragam godaan dan ikhlas menerapkan kesabaran dalam beribadah dengan taat kepada Allah Swt atau secara konsisten selalu berusaha untuk menaikkan keimanan dan ketakwaan kepada-Nya dengan sempurna, di akhirat kelak akan dimasukkan dalam Surga Jannatun Na'im sebab membawa serta kebaikan di dunia dan taat ketika beribadah kepada Allah⁸.

⁷ *Ibid*, 21.

⁸ Miskahuddin, “Konsep Sabar dalam Perspektif Al-Qur'an”, *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah*, Vol. 17, No. 2, (Juli, 2020), 199.

Terdapat beberapa aspek pada sabar, diantaranya sebagai berikut:

1) Teguh pada prinsip

Yang dimaksud dengan berpegang teguh pada prinsip yaitu menjelaskan tentang keyakinan seseorang ketika menjalani kehidupannya dan memiliki usaha yang keras untuk menggapai apa yang diharapkannya. Keteguhan hati dapat membawa seseorang untuk berani apabila tertimpa cobaan dalam hidupnya dan berusaha untuk tidak menghindarinya. Keteguhan bisa digapai oleh seseorang yaitu dengan cara bertawakkal kepada Allah Swt, dengan artian tidak hanya pasrah atas pemberian Allah Swt tetapi juga dengan usaha untuk menghadapi apapun cobaan secara patuh serta diikuti dengan niat yang ikhlas.

2) Tabah

Makna tabah yakni ketegaran apabila sedang dilanda (cobaan, bahaya, ujian, serta kesulitan). Tabah juga bisa dimaknai tetap dan teguh hati (dalam menghadapi, dll) dengan berani. Sehingga tabah merupakan sebuah ketegaran seseorang apabila tertimpa cobaan seperti terdapat suatu hal yang menghalangi dan tidak mengenakan atau yang tidak disukai. Jadi menunjukkan bagaimana seseorang akan bersikap dalam menghadapi suatu keadaan yang tidak mengenakan. Tabah mencakup daya kekuatan, kegigihan, toleransi terhadap kesulitan, bisa belajar dari kegagalan, dan selalu siap lapang hati untuk memperbaiki diri menjadi lebih baik.

3) Tekun

Tekun memiliki makna berkeras hati, pendirian yang teguh, telaten, giat, bersungguh-sungguh, dan tidak berhenti untuk selalu berusaha serta belajar walaupun sedang mengalami kesusahan, halangan, dan gangguan. Semangat yang selalu ada dan tidak luntur dapat mewujudkan sifat tekun ini meskipun melalui beragam rintangan yang tengah menghadangi. Terdapat perencanaan dan antisipatif atau kesiagaan di dalam tekun.

Selain terdapat dalam beberapa aspek tersebut, sabar juga dapat dikategorikan menjadi 4 jenis, di antaranya adalah seperti penjabaran berikut:

1. Sabar ketika memperoleh masalah

Ketika Allah Swt memberikan cobaan kepada seseorang seperti bencana alam, kematian, kehilangan harta benda, dan lainnya maka orang tersebut haruslah bisa mengatur emosinya dengan baik dan dengan ikhlas berusaha dalam mempertahankan pengendalian diri agar tidak memiliki prasangka buruk kepada Allah dan tidak suka menyalahkan kepada orang lain. Sebagai orang yang beriman kepada Allah, seseorang harus dapat mengontrol emosi dan sikap kesabaran karena masalah apapun yang terjadi ketika datang menghampiri kita pada hakikatnya itu merupakan takdir dan kehendak Allah Swt. Manusia wajib selalu berbuat kebaikan serta menjalankan perintah Allah dengan taat dan menjauhi apa yang dilarang oleh-Nya, termasuk juga

tidak melakukan perbuatan yang menimbulkan kerusakan di bumi dimana hal tersebut dapat memicu musibah itu sendiri.

Sesungguhnya inti kesabaran ialah beriman dan bertakwa kepada Allah Swt dengan cara yaitu melaksanakan syari'at Islam secara benar. Oleh karena itu, sabar yang dilandaskan dengan keikhlasan karena merasa yakin kepada Allah apabila melaksanakan ibadah akan dapat menghasilkan pribadi yang baik dalam mengendalikan emosi terhadap segala macam hal yang dihadapinya, baik dari godaan nafsu ataupun tidak. Kebaikan atau keutamaan diri dalam hidupnya akan diperoleh dengan mudah apabila seseorang sabar dalam menjalankan kebaikan, sehingga dirinya dengan mudah mendorong untuk dapat menyesuaikan diri pada berbagai lingkungan baik pada segi berkomunikasi maupun berinteraksi dengan sekitarnya. Baginya, bumi akan terasa lepas dan lapang sebab hasil perbuatan kesabaran yang disukai dan disenangi orang maupun lingkungan di sekitarnya ketika ia berpijak.⁹

2. Kesabaran dalam menjalani ibadah dengan taat

Seseorang yang ketika taat menjalankan ibadah dengan sabar senantiasa akan mendapat sikap tabah dan ikhlas dalam dirinya, keluarganya, kerabatnya, dan lingkungan sekitarnya. Dimana seseorang tersebut menebarkan kebaikan pada lingkungan di sekitarnya. Hal itu bisa didapatkannya sebab kesabaran menetapkan

⁹ *Ibid.*, 201

kebaikan, taat kepada Allah, yang hal itu akan memberikan hasil yang baik pada semua lingkungan di sekelilingnya serta mendapatkan hidup yang tentram antara dirinya dan Tuhan, bahkan dengan manusia dan alam disekitarnya sebab dilandasi oleh kepatuhan seseorang kepada apa saja perintah dan kehendak Allah Swt. Maksudnya adalah Allah memerintahkan setiap hamba-Nya untuk terus selalu berbuat baik dalam hidupnya serta lingkungan dikarenakan semata untuk mendapatkan ridha dari Allah Swt.

Allah Swt sangat menyayangi setiap hamba-Nya yang senantiasa menerapkan kesabaran dalam hal menjalankan ibadah kepada Allah. Dengan hal tersebut, kedepannya seseorang akan selalu dapat melindungi diri dan mengontrol emosi untuk menjaga kesucian diri dengan cara menghindari segala kemungkinan terhadap perbuatan yang dapat menimbulkan perbuatan yang tidak baik dan dapat bersikap baik terhadap diri sendiri serta orang lain juga mengampuni kesalahan orang lain dengan hati yang ikhlas. Perbuatan ikhlas mampu menggerakkan seseorang untuk menjalankan ketaatan dengan mengharap ridha dan pahala besar dari Allah serta berbuat sabar dan taat dengan ikhlas sebagai tujuan untuk mendapat kasih sayang Allah Swt.

Sabar dalam ketaatan memiliki nilai yang tinggi di sisi Allah termasuk mengampuni perbuatan orang-orang yang menyakiti diri seseorang. Apabila telah mengampuni kesalahan orang lain yang pernah menyakiti diri maka hal tersebut lebih penting karena Allah

memberikan pahala bagi orang yang sabar. Hal semacam itu memang cukup sulit dilakukan kecuali bagi orang-orang yang ikhlas dengan harapan mendapat ridha Allah Swt.

Orang-orang yang telah tekun belajar untuk menekuni ajaran agama dengan sesuai secara terstruktur dan sempurna maka akan mampu mengalihkan emosi dalam diri menjadi perbuatan sabar. Dalam segala perilaku dan perbuatan yang dijalani akan diusahakan untuk selalu menerapkan sabar. Hal tersebut dijalankan dengan mengharap kepada Allah supaya kegiatan perilaku sosial keberagamaan-Nya dapat diridhai atau diterima oleh Allah dan mendapat ridha-Nya.

Dalam Islam sabar menduduki tempat yang sangat tinggi. Maka dari itu al-Qur'an menyampaikan petunjuk yang mulia kepada orang-orang yang sabar dan kebenaran kesabaran tersebut selalu bergantung pada bagaimana kuatnya ikhtiar iman yang dijalani atau aqidah Islam serta tidak lepas keyakinan kepada Allah Swt. Baik besar maupun kecil, perbuatan yang dilakukan apabila dijalani dengan penuh kesabaran dan kesadaran yang terhubung oleh keyakinan seseorang terhadap agama Islam serta ketaatannya dalam beribadah maka akan mendapat kasih sayang Allah Swt.

Setiap individu yang selalu menjalani perbuatan taat yaitu bertakwa kepada Allah dan selalu menjalani hubungan baik dengan niat yang bersungguh-sungguh dengan Allah melalui praktik-praktik

ketaatan ibadah-Nya yang mempunyai dimensi taqwa tinggi dan berkualitas merupakan manusia yang berkualitas tinggi serta terbaik disisi Allah. Sebagai dimensi taqwa pertama yakni hubungan antara manusia dengan Allah Tuhan Yang Maha Esa mewajibkan ajaran ketuhanan Yang Maha Esa atau ajaran Islam.

Apabila terlaksana hubungan yang baik antara hamba dengan Tuhannya maka akan dapat juga berpengaruh terhadap relasi yang baik antara dirinya sendiri dengan sesama manusia dan juga lingkungan hidup yang harmonis dijalani dengan stabil dan seimbang. Oleh sebab itu hubungan ini diutamakan dan disesuaikan secara teratur agar selalu terjaga. Menjaga hubungan dengan Allah dapat membuat seseorang mampu untuk mengendalikan diri agar tidak bertindak hal kejahatan baik pada dirinya sendiri maupun masyarakat dan lingkungan yang berada di sekitarnya. Sebab, inti dari taqwa kepada Allah Tuhan Yang Maha Esa sesungguhnya ialah menjalankan semua perintah dan menjauhi segala larangan-Nya. Hal tersebut ditetapkan tidak hanya untuk kepentingan Allah melainkan demi keselamatan manusia. Manfaat dari menjalani seluruh perintah dan menjauhi larangan-Nya tersebut yang akan didapatkan oleh seseorang yang patuh pada hal tersebut.¹⁰

3. Sabar ketika mendapati halangan manusia

¹⁰ Muhammad Daud Ali, *Pendidikan Agama Islam* (Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada, 2011), hal. 368-369.

Dalam kehidupan sosial baik perseorangan, kelompok, dan bermasyarakat yang baik pastilah ada hubungan untuk saling berkomunikasi dan berinteraksi sosial secara baik pula yaitu antara satu dengan lainnya saling membutuhkan. Kebutuhan dan keinginan seseorang terkadang berbeda sesuai dengan tingkat kegigihan dalam usaha dan masing-masing status sosial. Hal tersebut diikuti oleh kepatuhan bekerja berlandaskan keyakinan agamanya dengan kesadaran dan kesabaran, sehingga dengan kemampuan ilmu dan keahliannya mampu mengendalikan segala keadaan lingkungan dengan baik demi menggapai hidup yang stabil antara bekerja dan beribadah sebaik mungkin terutama yang berkaitan dengan kebutuhan rohani agar tercapai dengan memuaskan, baik terhadap keberuntungan lahir dan batinnya.

Berkaitan dengan kebutuhan rohani atau mental spiritual seseorang pada agama maupun psikologisnya, kesabaran dan kesadaran agama serta perwujudan kekuatan iman aqidah dan ketakwaannya terhadap Tuhan Yang Maha Esa dari perjalanan ikhlas beribadah sangat tergantung dari seorang hamba. Apabila seseorang sekuat tenaga berusaha dalam menjalani aqidah Islam, membuat diri menjadi ikhlas, melakukan amal shaleh dengan baik berdasar ketakwaannya kepada Tuhan maka dapat menggapai keberuntungan lahir batin, baik di dunia maupun di akhirat kelak.

Apabila dari sisi lahirnya mendapat limpahan materi dan kesuksesan dunia sebab dengan sabar berdoa serta beribadah dengan

tekun kepada Tuhan juga berusaha keras agar mendapat keberkahan keberuntungan materi dunia, di akhirat maka akan memperoleh balasan kemenangan dan kemuliaan hakiki yang membuatnya bahagia. Hal itu disebabkan seluruh kehidupan dunianya berjalan *ukhrawiyyah* atau dengan penjelasan lain yaitu bekerja dan beramal di dunia merupakan semata-mata demi menabung pahala ibadahnya untuk memperoleh ridha Allah baik kemenangan dan kebahagiaan sejati untuk akhiratnya.

Dalam kehidupan ini tentunya terdapat beragam macam rintangan yang dapat berupa halangan dari lingkungan termasuk halangan dari manusia itu sendiri. Akan tetapi, sebagai seseorang yang taat beragama akan mempunyai sikap sabar dan tenang sehingga mampu menahan diri dari emosi serta dengan yakin tidak goyah untuk membalas gangguan atau perbuatan dzalim yang diberikan kepada dirinya.

Alih-alih melakukan tindakan pembalasan, melainkan selalu bersikap sabar dengan ikhlas membalas perbuatan dzalim kebaikan seperti halnya memaafkan tanpa ada rasa dendam yang tersimpan di dalam hati. Dan meyakini bahwasanya perbuatan dendam merupakan salah satu penyakit hati yang dapat mengganggu konsentrasi beribadah.

Oleh sebab itu, di dalam hati tidak akan ada sedikit pun penyakit hati karena mengetahui bahwa hal tersebut dapat mengganggu konsentrasi seseorang agar khushuk dalam beribadah dan kualitas

ibadah yang dijalani. Orang yang sabar menyikapi gangguan dari manusia lain akan memiliki usaha untuk menjauhinya dengan cara meminta pertolongan kepada Allah supaya orang-orang yang senang mengganggu bahkan menyakiti hati akan mendapat petunjuk dari Allah untuk lekas bertobat dan kembali ke jalan yang sesuai dengan mengerjakan amal shalih, menjalankan perintah Allah, menjauhi larangan-Nya yang akan bermanfaat bagi seseorang itu sendiri.

Selain itu, orang-orang yang selalu menerapkan sabar serta kebenaran dan ketaatan pada Tuhan akan selalu terus menerus mempelajari ilmu agama dengan mendalam dan memperbaiki amal shalih agar orang lain dapat melihat dan menerapkan perilaku baik tersebut juga di dalam diri.

Hal tersebut merupakan perilaku sederhana yang dijalani orang-orang taat beragama dengan menunjukkan kesabaran dan kesadaran yang memunculkan sifat kasih sayang terhadap sesama yang apabila menganggunya akan dihadapi dengan tenang dan penuh kesabaran. Hasil dari perbuatan tersebut dapat memberi petunjuk bagi seseorang yang lain untuk dapat kembali menjalani hal yang benar dengan memperbaiki amal shalih yang dimiliki.

Orang-orang yang sabar akan selalu menanamkan dalam diri tentang kesadaran agama dan juga kesabaran dalam diri yang teguh. Kesabaran senantiasa dikenali dengan kesadaran keyakinan agama. Perbuatan sabar yang didasarkan aqidah Islam dapat memperteguh

pendirian dengan meyakini persoalan-persoalan yang terdapat di dalam rukun iman yang lengkap dan sesuai.¹¹

4. Sabar dalam kefakiran

Diartikan dengan kategori kesabaran tinggi yang sangat mulia jika secara sempurna manusia dapat selalu menerapkan ketaatannya kepada Allah mampu menjalani seluruh perintah Allah dan dapat menjauhi dari semua larangan dengan ikhlas mengharap ridha Allah serta curahan cinta dan kasih sayang Allah Swt. Apabila diperhatikan dengan sisi finansial, yang dimaksud dengan kefakiran ialah kebutuhan hidup seseorang tidak terpenuhi dan selalu dipandang kedudukannya terdapat di bawah garis kemiskinan. Tidak dapat memenuhi kebutuhan pokok secara standar kehidupan secara umum apabila dibandingkan dengan kebutuhan normal orang miskin pada umumnya.

Dalam pemahaman tersebut kefakiran cukup melingkupi fakir pada kebutuhan fisik material, finansial, dan kebutuhan pokok tetapi tidak dimasukkan pada makna sebenarnya kefakiran aqidah, iman, dan taqwa. Terdapat orang-orang shaleh yang menetapkan bahwa sabar dan taatnya kepada Allah yakni fakir miskin ibadah. Dapat juga digolongkan sebagai sebab masih kurang akan ilmu pengetahuan

¹¹ Miskahuddin, "Konsep Sabar dalam Perspektif Al-Qur'an", *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah*, Vol. 17, No. 2, (JuLi, 2020), 204.

agama, kurangnya iman dan keyakinan serta aqidah, hingga dengan mudah berbuat perilaku yang dapat menimbulkan kerusakan.

Maka dari itu, menjalani amalan aqidah Islam bisa berpengaruh terhadap nilai-nilai kesabaran dan nilai akhlak seseorang, seperti halnya akhlak sabar yang dikontrol oleh kekuatan iman dan aqidah sehingga seseorang yang mampu mencerna hal tersebut dapat menerapkannya dalam bentuk amal ibadah yang hal itu juga ditentukan nilai akhlak dan kemuliaan kemanusiaannya apabila dijalankan dengan sangat baik.

Moral dan nilai akhlak yang dimiliki oleh seseorang adalah keunggulan diri dan kemuliaan sejati. Tingginya nilai moral akhlak membuat seseorang dapat mengenali hakikat dirinya sebagai individu yang baik dan mampu menjalani beragam kehidupan sosial dengan baik dan mulia serta mampu mengenali perbedaan antara diri dengan makhluk lainnya.

Penggolongan perbedaan antara manusia dengan makhluk lainnya terdapat pada kesabaran dan aspek akhlak moralitasnya yang secara sabar diamalkan dengan konsisten juga sempurna. Dengan pemahaman akidah yang baik mampu membentuk bagaimana perbuatan manusia itu sendiri yang apabila dipahami dengan baik maka memberikan hasil yang baik pula. Kita tidak akan bisa menakar nilai perbuatan akhlaqi dengan kriteria nilai material. Karena hal tersebut tidak bisa dibandingkan dengan nilai material.

Perilaku suci yang dikerjakan oleh orang-orang fakir yang bertakwa dan tinggi aqidah Islam nya tidak dapat diukur dengan seluruh harga materi, sebab memiliki nilai harga tersendiri yakni nilai akidah agama dan nilai ketakwaan yang mulia serta terpuji. Berdasarkan orang-orang sufi yang telah secara rutin dan terlatih kefakiran, dalam keseharian baik makan minum hingga berbusana cukup sederhana agar selalu konsentrasi beribadah kepada Tuhan dan meneguhkan hati jika sabar kefakiran adalah suatu hal yang nyata bagi dirinya dan telah terbiasa dijalani di setiap harinya.

Dengan maksud lain yaitu makan jika merasa lapar dan berhenti sebelum perut terasa kenyang. Perut dijaga dengan baik, diisi, dan diawasi agar terkontrol dengan baik, agar tidak ada yang masuk barang-barang haram dan berusaha dengan giat untuk tidak memakan yang syubhat agar ibadah yang dijalani dapat tercapai dengan sempurna.

Kesabaran dan kesederhanaan dari seluruh aspek yang terhubung dengan kenikmatan dunia yang bersifat sementara merupakan kewajiban orang-orang untuk lebih khusyuk dalam beribadah. Dengan menjalankan hal tersebut senantiasa bertujuan untuk mencapai makna dari ibadah yaitu diterima dan di ridhai oleh Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang kepada hamba-hamba-Nya. Seterusnya

untuk selalu memperbaiki ibadahnya agar tercapai dengan sempurna dan berkualitas.¹²

Pesan sabar terkandung dalam al-Qur'an dengan frekuensi disebut sebanyak 100 dengan beragam bentuk arti, tersebar dalam 92 ayat dan pada 45 surah. Cukup tingginya frekuensi tersebut memiliki arti bahwasanya perintah mengenai bersabar adalah suatu hal yang utama dalam kehidupan. Terlihat dari pemakaian kata, al-Qur'an memakai kata kerja *shabara* sebanyak 3 bentuk kalimat, yakni 1) objek tidak disebutkan; 2) langsung diikuti objek; 3) disertai objek dengan perantara partikel *li* atau *ala*.¹³

Kesabaran merupakan transportasi yang dipersembahkan untuk setiap orang yang sedang dalam perjalanan menuju kepada kehadiran Allah Swt. Ketika menghadapi nafsu seperti yang diterangkan pada maqam kesabaran Imam Al-Ghazali, kesabaran ialah pilihan yang tepat bagi seseorang. Adapun hasil yang akan diberikan bagi seseorang yang menerapkan sabar yakni akan mendapat balasan dicintai oleh Allah Swt. Dalam spiritualitas Islam, kesabaran merupakan salah satu faktor penting. Islam mengajarkan pada kesabaran ketika dihadapkan oleh situasi yang sulit. Al-Qur'an memberi perintah kepada manusia untuk menjadikan sabar sebagai suatu media untuk memperoleh pertolongan dari Allah Swt.

Ada beberapa hal yang menurut Yusuf al-Qardhawi dibutuhkan sifat sabar ketika sedang menghadapinya, yakni 1) sabar menghadapi musibah dan

¹² *Ibid.*, 205

¹³ Andi Miswar, "Sabar dalam Perspektif Al-Qur'an", *Jurnal Al-Hikmah*, Vol. XIX, No. 2 (2017), 91.

kesusahan; 2) sabar ketika mengendalikan hawa nafsu; 3) sabar ketika menjalani kewajiban Allah; 4) sabar saat berdakwah di jalan Allah; 5) sabar ketika bersosialisasi bersama lingkungan sekitar.

Dari beragam pengertian mengenai sabar tersebut, dapat disimpulkan bahwa hakikat sabar sendiri ialah suatu keteguhan jiwa yang terdapat dalam diri setiap individu menimbulkan kemampuan untuk tetap bertahan guna menggapai suatu hal yang lebih baik, menahan gejolak hati untuk meraih yang lebih baik.

Sabar dapat di konsep kan dengan konsep sabar menurut tasawuf dan konsep sabar menurut psikologi. Pandangan mengenai pemaknaan konsep sabar masing-masing terdapat perbedaan pengertian. Untuk itu akan diuraikan mengenai pengertian konsep sabar masing-masing sebagai berikut.

b) Konsep sabar dalam tasawuf

Pemaknaan mengenai sabar dikalangan para sufi telah sesuai dengan pengertian sabar berdasarkan Al-Ghazali yakni sabar adalah sebuah kedudukan dari kedudukan agama dan derajat dari derajat orang-orang yang menempuh jalan menuju Allah Swt. Sabar digunakan sebagai pengukuran suatu proses untuk membersihkan jiwa dengan cara meninggalkan perbuatan-perbuatan yang digerakkan oleh nafsu amarah. Teruntuk orang-orang yang sedang menempuh perjalanan menuju Allah Swt, kesabaran merupakan sebuah prinsip hidup yang telah terwujud menjadi sikap mental sehingga segala cobaan yang menimpa diterima dengan penuh lapang dada.

Sabar adalah salah satu akhlak mulia yang diutamakan di dalam Islam dan menjadi kajian utama dalam tasawuf. Sabar dimaknai secara beragam oleh berbagai ulama, dimana hal tersebut tergantung latar belakang ulama yang bersangkutan. Tetapi sebagian besar ulama yang mendalami tentang sabar adalah ulama dengan latar belakang tasawuf. Sebagai halnya sabar digunakan untuk mendekatkan diri dengan Tuhan.¹⁴

Sabar yaitu suatu kondisi jiwa yang teguh, tenang, dan konsisten dalam pendirian. Jiwanya tidak mudah goyah, pendiriannya yang tetap walaupun tantangan yang dihadapi berat. Keadaan rohani yang suci dan bersumber dari kesadaran yang tinggi dalam hati yang suci dan jernih melahirkan sabar, sebab telah penuh tawakkal. Dengan kesabaran seseorang dapat menjaga dari sikap yang membuat seseorang mudah mengeluh, hati yang tabah sehingga menjadi seseorang yang tidak mudah tergesa-gesa dan mudah putus asa.

Allah Swt sangat memuji seseorang yang dapat berperilaku sabar, sehingga di dalam kitab suci al-Qur'an dan Hadist banyak disebut. Dalam tasawuf, sabar merupakan suatu maqam setelah maqam faqir. Sebab hal tersebut adalah suatu syarat agar seseorang mampu berkonsentrasi ketika dzikir maka orang tersebut harus mencapai maqam faqir. Secara umum ketika kondisi kefaqiran akan ditimpa beragam musibah dan kesulitan, dimana hal tersebut yang menyebabkan merasakan maqam sabar.¹⁵

¹⁴ Sopyan Hadi, "Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an". Jurnal Madani. Vol. 1 No. 2, 2018, hal. 11.

¹⁵ Abdul Hanafi, Skripsi: "Pemikiran Tasawuf Menurut Emha Ainun Nadjib" (Ponorogo: IAIN Ponorogo, 2019), hal. 35.

Secara lebih jelas definisi sabar ialah mengendalikan diri agar tidak mudah terpancing amarah, menjaga lisan dari sikap mengeluh, tidak memiliki rasa tidak suka, memendam dendam, tidak gampang untuk patah semangat, melatih diri dalam ketaatan dan melindungi diri supaya tidak berbuat perbuatan maksiat¹⁶. Disebutkan oleh Abu Nasr Saraj al-Thusi, bahwasanya sabar ialah maqamat yang wajib ditempuh oleh para sufi selain, wara' zuhud, faqir, tawakkal, dan ridha.¹⁷

Sabar juga dapat dimaknai sebagai suatu kekuatan positif yang dapat memberikan motivasi jiwa, hati, akal yang menggerakkan untuk menjalankan kewajiban. Selain itu pula dapat membuat seseorang mampu mengendalikan diri agar tidak melakukan kejahatan, sehingga dari sikap menahan diri tersebut membawa seseorang menuju hal yang diperintahkan Allah dan akal akan menghindari dari apa yang dapat melanggar perintah Allah.¹⁸

Berdasarkan Sa'id Hawwa, terbagi menjadi 3 macam kesabaran. Pertama adalah sabar dalam ketaatan kepada Allah. Kedua ialah sabar dari perbuatan terlarang. Ketiga yaitu sabar dikala menghadapi musibah. Sebagian orang arif menjelaskan, kesabaran dapat terbagi menjadi 3 jenis, hanya saja terdapat sedikit perbedaan sudut pandang. Pertama adalah hawa nafsu yang wajib ditinggalkan, dan ini merupakan derajat manusia yang bertaubat. Kedua ialah ridha atas segala takdir Allah yang terjadi, dan ini merupakan derajat bagi orang-orang yang zahid. Terakhir yaitu mencintai atau menyukai atas

¹⁶ *Ibid.*, 45.

¹⁷ *Ibid.*, 47.

¹⁸ Lia Muthoharoh, Skripsi: "*Konsep Sabar Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah dan Relevansinya Dengan Kesehatan Mental*" (Kudus: IAIN Kudus, 2019), hal. 12-14.

semua hal yang telah dilakukan Allah terhadap dirinya, dan ini adalah derajat orang yang benar.¹⁹

Dalam perilaku tasawuf, terdapat tingkatan sabar (al-shabru) yang akan mendapat banyak halangan sehingga seorang sufi wajib berperilaku sabar. Sabar adalah suatu landasan kebahagiaan seorang hamba. Berperilaku untuk menerapkan kesabaran dalam diri seorang hamba maka dapat terhindar dari kemaksiatan dan menjaga diri dari perbuatan yang tidak sesuai, serta menjadi tekun dalam beribadah hingga mampu menghadapi beragam cobaan.

Manfaat dari kesabaran tersebut dapat mengendalikan diri dari rasa emosi dan menghindarkan diri dari timbulnya rasa gundah. Kemudian mampu menjaga lisan dari sifat mengeluh dan dapat mengendalikan anggota badan dari perbuatan yang tidak terkendali²⁰. Allah berfirman dalam (Q.S An-Nahl: 127) yang artinya : “Dan bersabarlah (Muhammad) dan kesabaranmu itu semata-mata dengan pertolongan Allah dan janganlah engkau bersedih hati terhadap (kekafiran) mereka dan jangan pula bersempit dada terhadap tipu daya yang mereka rencanakan”.

Sabar bukan berarti segala sesuatu harus diterima apa adanya. Dapat diartikan juga bahwa sabar merupakan usaha dari suatu kegigihan yang hal tersebut juga termasuk dalam sifat Allah yang sangat mulia dan tinggi. Sabar bermakna diri apabila menanggung suatu kesulitan baik dalam sebuah

¹⁹ Abdul Hanafi, Skripsi: “*Pemikiran Tasawuf Menurut Emha Ainun Nadjib*” (Ponorogo: IAIN Ponorogo, 2019), hal. 50-53.

²⁰ *Ibid.*, 54.

persoalan yang tidak diharapkan maupun ketika kehilangan suatu hal yang disenangi.

1) Sabar menurut para ahli/tokoh-tokoh sufistik

Dalam suatu pendapat definisi sabar yaitu merupakan salah satu akhlak terpuji. Sabar mampu membuat jiwa terhindar dari menjalani perbuatan yang tidak sesuai. Sabar adalah suatu kekuatan dari sekumpulan kekuatan-kekuatan lain yang dimiliki oleh jiwa. Sebagaimana perkataan Ibnu Qayyim yang dikutip oleh Abu Abbas, menyatakan bahwa sabar termasuk pada maqam (tingkatan) orang awam. Sebab sabar adalah menjaga lisan dari berkeluh kesah, mengendalikan diri agar tidak berlarut dalam kesedihan apabila musibah menimpa, dan menunggu jalan penyelesaian pada akhir cobaan yang datang.²¹

Quraisy Shihab menyatakan pemikirannya mengenai sabar yakni “Sabar dapat didefinisikan sebagai menahan diri atau membatasi jiwa dari apa yang diinginkannya demi mencapai apa yang dibutuhkan. Kesabaran ini mewajibkan untuk selalu berusaha tanpa kenal lelah, dan tidak menghiraukan halangan apapun hingga tercapai apa yang diharapkannya. Bersabar ketika menghadapi cobaan dan menerima dengan jiwa yang besar serta tabah, maka Allah akan membalas dengan imbalan pahala yang besar²².”

²¹ Najamuddin, “Kesabaran dan Kesehatan Mental dalam Bimbingan Konseling Islam”, *Tasamuh Jurnal Studi Islam*, Vol. 10, No. 1, (April, 2018), hal. 247-248.

²² M. Quraish Shihab, *Secercah Cahaya Ilahi* (Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2013), hal. 165-170.

Selain itu, sabar juga diterapkan sebagai upaya dalam melakukan pengendalian diri terhadap hawa nafsu supaya sesuai seperti apa yang dikehendaki oleh Allah. Seperti pendapat ulama' berikut :

1. Al-Junaid bin Muhammad menekankan bahwa, “Perjalanan dari dunia ke akhirat dapat dilewati dengan mudah apabila manusia tersebut beriman, namun menghindari makhluk demi Allah adalah persoalan yang sulit. Dan perjalanan yang dimulai dari diri sendiri menuju Allah Swt sangat susah, akan tetapi bersabar terhadap Allah adalah hal yang lebih sulit.” Ketika menjawab pertanyaan mengenai sabar, Al-Junaid menjawab, “Ibaratnya orang sabar itu seperti orang yang meminum minuman pahit, namun ia tidak mengernyitkan wajahnya dan tidak menunjukkan jika minuman itu pahit.”
2. Ali bin Abi Thalib memaparkan pendapatnya mengenai sabar, “Hubungan antara sabar dengan iman sama halnya dengan hubungan antara kepala dan badan”, serta Ali bin Abi Thalib mengatakan, “Sabar ialah sebuah kendaraan yang tidak akan pernah jatuh tersungkur.”
3. Dzunnun al-Mishri menyatakan bahwa, “Sabar merupakan suatu usaha untuk menghindari semua larangan Allah. Bersikap tenang ketika menanggung seluruh macam keadaan sulit yang sedang menimpa. Menunjukkan sikap seperti orang kaya saat ditimpa oleh kefaqiran dalam hal kehidupan sehari-hari.”

4. Abu Utsman mengatakan, “Orang sabar merupakan orang yang mampu membuat dirinya terbiasa dalam menumpas segala sesuatu yang di larang oleh Allah.”
5. Amru bin ‘Utsman al-Makki menyatakan bahwa, “Sabar yaitu sikap teguh apabila tengah menghadapi ketentuan dari Allah. Menerima semua ujian dari Allah dengan hati yang lapang dan bersikap tenang.” Artinya ialah seseorang dapat menerima segala cobaan yang diberikan oleh Allah Swt dengan hati yang ikhlas dan sama sekali tidak merasakan perasaan sedih ataupun amarah hingga berujung mengucap hal yang buruk.
6. Imam al-Khowas juga menyatakan hal serupa seperti Amru bin ‘Utsman, yakni “Sabar adalah cerminan dari keteguhan dalam perealisasi al-Qur’an dan Sunnah.” Maksudnya ialah sabar tidak serupa dengan mudah menyerah dan ketidak berdayaan. Melainkan orang yang seperti itu mempunyai kemungkinan adanya untuk merubah keadaan yang terjadi, ketidak sabaran dalam berusaha, ketidak sabaran untuk melakukan perjuangan, dan lainnya.
7. Ruwaim mengatakan bahwa, “Sabar itu menjauhi sifat berkeluh kesah dan hanya mengikuti sebagaimana jalannya takdir.”
8. Abu Muhammad al-Jaziri berkata bahwasanya, “Sabar merupakan tidak terdapat perbedaan sikap ketika menerima cobaan dan kenikmatan. Dengan hati yang sabar membuat seseorang berusaha untuk bersikap tenang dalam menjalani kedua persoalan tersebut.”

9. Al-Jurayri menerangkan serupa seperti al-Jaziri, “Sabar tidak membedakan antara kondisi senang atau kesusahan. Diikuti oleh ketenangan pada pikiran dalam menghadapi kedua persoalan, hati yang lapang ialah mengalami kedamaian ketika cobaan menimpa walaupun adanya kesadaran akan beban penderitaan.”
10. Syaikh Abu Ali al-Daqqaq menekankan pernyataannya mengenai sabar, “Kebenaran yang sesungguhnya mengenai sabar ialah jika persoalan akibat ujian yang menimpa seseorang telah terselesaikan dan orang tersebut keluar dengan keadaan yang sama seperti ketika memasukinya. Seperti yang diucapkan oleh Nabi Ayyub pada akhir cobaan yang menimpa dirinya, ‘Sesungguhnya aku telah ditimpa penyakit dan Engkau adalah Tuhan Yang Maha Penyayang diantara semua yang penyayang’ (Q.S. Al-Anbiya’: 83). Nabi Ayub menunjukkan sikap berbicara yang pantas sesuai dengan ucapannya, ‘Dan Engkau adalah Tuhan Yang Maha Penyayang diantara semua penyayang’ dia tidak berbicara secara gambling, ‘Limpahkanlah kasih sayang-Mu kepadaku’.”

Ibn Qayyim al-Jauziyah mengungkapkan tentang sabar dalam bukunya yang berjudul “Patience and Gratitude”. Sebagaimana jika kesabaran pada diri seseorang lebih besar dari dorongan keinginannya maka seorang tersebut seperti malaikat. Akan tetapi jika kesabaran dikalahkan oleh dorongan keinginan yang kuat maka seorang tersebut menjadi seperti setan.

Pernyataan oleh Qatadah mendukung sebagaimana pernyataan tersebut, bahwasanya Allah Swt menciptakan malaikat dengan

menganugerahi akal tanpa hawa nafsu. Sedangkan hewan diciptakan tidak mempunyai akal tetapi mempunyai hawa nafsu, begitu pula manusia Allah Swt ciptakan dengan memberikan akal dan juga hawa nafsu²³. Maka dari itu, apabila akal manusia lebih kuat daripada hawa nafsu ia akan seperti malaikat. Begitu pula sebaliknya maka ia seperti hewan.

Terdapat pula tokoh lain yang membahas mengenai hakikat sabar, yakni Hamka dan Quraish Shihab dimana seorang ahli tafsir ternama yang berlatar belakang tasawuf²⁴. Pandangan mengenai hakikat kesabaran menurut kedua tokoh tersebut secara kesimpulan adalah kemampuan manusia dalam mengendalikan diri dari hawa nafsu, selalu melaksanakan segala hal yang diperintah oleh Allah Swt, serta dapat bersikap tenang dikala menjalani hambatan dan musibah dari Allah Swt.

Digolongkan menjadi tiga hal mengenai hakikat sabar yang dipaparkan Hamka dan Quraish Shihab, ialah sebagai berikut:

1. Sabar sebagai pengendali diri

Segala yang terjadi pada kehidupan, seseorang diwajibkan untuk senantiasa sabar dan tenang, terus berusaha dan tidak mudah untuk putus asa dari rahmat Allah Swt. Yang pastinya semua hal tersebut diiringi dengan takwa serta beribadah kepada Allah Swt.

2. Sabar dalam mentaati perintah Allah Swt

²³ Miskahuddin, "Konsep Sabar dalam Perspektif Al-Qur'an". Jurnal Ilmiah Mu'ashirah. Vol. 17 No. 2, 2020, hal. 198.

²⁴ Sopyan Hadi, "Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an". Jurnal Madani. Vol. 1 No. 2, 2018, hal. 40.

Selalu bersemangat dikala menjalankan segala perintah Allah Swt dengan hati yang senang baik dalam keadaan tenang maupun terguncang sekalipun. Yang berarti tidak menjadikan ketaatan itu sebagai sesuatu yang membebani dan pengharapan akan turunnya nikmat dari Allah Swt.

3. Sabar dikala menghadapi ujian

Dapat memahami bahwasanya hakikat hidup tidak jauh dari yang bernama cobaan atau ujian. Tidak hanya ujian berupa kesusahan, tetapi juga kebahagiaan pula dapat dikatakan sebagai ujian. Oleh karena itu, dalam mengatasi segala masalah diperlukan sabar.

2) Sabar menurut Imam Al-Ghazali

Salah satu tokoh yang memaparkan mengenai sabar ialah Imam Al Ghazali. Berdasarkan penjelasan Imam Al Ghazali mengenai sabar adalah salah satu tingkat agama yang paling utama bagi seseorang. Terdapat tiga tingkatan agama tersebut yang terdiri dari sebagai berikut: 1) Ma'rifat (ilmu/pokok), 2) hal ihwal (keadaan), serta 3) amal (tindakan atau perbuatan). Yang artinya, ma'rifat bisa juga diibaratkan sebagai akar dan batang pohon, hal ihwal diibaratkan sebagai cabang pohon, sedangkan amal diibaratkan dengan buah dari pohon tersebut.

Ketika manusia mampu mengendalikan diri dari kemarahan maka seseorang tersebut dapat memperoleh hasil yang baik yaitu kesabaran yang tulus. Dalam persoalan ini memang tidak dapat dihindari oleh kemungkinan terjadi ledakan emosi yang dimana hal tersebut karena merupakan reaksi dari

sebuah respon alami manusia. Akan tetapi seorang individu dengan spiritual sejati harus dapat mengendalikan dan memperkirakan respon apa yang seharusnya ia tunjukkan ketika diri dalam kondisi diliputi amarah.

Imam Al Ghazali mengungkapkan bahwasanya dengan dimiliki sifat ini dalam diri manusia dapat memberikan perbedaan antara manusia dengan binatang dalam persoalan mengalahkan nafsu syahwat yang terdapat dalam diri manusia. Imam Al Ghazali memberikan nama “penggerak agama” untuk sifat sabar yang dapat memberi perbedaan antara manusia dengan binatang dalam mengalahkan nafsu syahwatnya, dan menamakan tuntutan nafsu syahwat dengan “penggerak hawa nafsu”. Lalu timbul lah perlawanan antara penggerak agama dengan penggerak hawa nafsu dan hati manusia menjadi arena pertarungan. Malaikat sebagai penolong penggerak agama, sedangkan setan yang menolong musuh-musuh Allah merupakan penolong penggerak nafsu syahwat.²⁵

Dari pemahaman tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwasanya sifat sabar adalah suatu usaha jiwa dalam menumpas suatu hal yang menghindarkan kita dari agama. Hasil perolehan kesabaran akan mengantarkan orang untuk dapat terhindar dari perbuatan godaan nafsu dan menjadi alasan kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.²⁶

Dalam sabar, terdapat tiga tingkatan sabar berdasarkan pandangan Imam Al-Ghazali, yang diantaranya ialah sebagai berikut:

²⁵ Yulia Agustin, Skripsi: “*Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali Ditinjau Dari Perspektif Konseling Islam*” (Banda Aceh: UIN Ar-Raniry Darussalam, 2020), Hal. 62.

²⁶ Misbachul Munir, “Konsep Sabar Menurut Al-Ghazali dalam Kitab Ihya Ulum Al-Din”, *Jurnal Spiritualis*, Vol. 5, No. 2, (September, 2019), hal. 124-125.

- a) Orang-orang yang dapat menekan secara penuh dorongan hawa nafsunya dengan tidak melakukan perlawanan dan ia secara konsisten bersabar, hasilnya orang tersebut bisa digolongkan sebagai seseorang yang telah memperoleh tingkat *siddiq*.
- b) Dorongan nafsu syahwat yang memenuhi dalam diri seseorang sehingga tidak ada semangat keagamaan pada dirinya, jadi seseorang tersebut masuk pada golongan orang-orang yang abai (*al-ghafilun*).
- c) Orang-orang yang sewaktu-waktu bersinggungan antara dorongan hawa nafsu dengan dorongan keagamaannya, oleh sebab itu seseorang tersebut dapat digolongkan sebagai orang yang mencampuri antara persoalan kebenaran dan kesalahan.

Terdapat beberapa jenis sabar yang di klasifikasikan oleh al-Ghazali, yakni 1) sabar yang memiliki hubungan dengan sandaran sabar (keadaan); 2) sabar yang didasarkan oleh kuat dan lemahnya; 3) sabar yang berlandaskan hukumnya; 4) sabar yang didasarkan oleh keadaan yang terjadi pada seseorang.²⁷

1. Sabar yang memiliki hubungan dengan sandaran sabar (keadaan)

Dalam hal ini terbagi atas dua bagian, yakni sabar fisik dan sabar jiwa dari perilaku yang diakibatkan oleh nafsu. Sabar fisik adalah perumpaan dari kemampuan badan untuk menerima kesusahan

²⁷ *Ibid.*, 126.

dan bertahan terhadap hal tersebut. Seperti contohnya adalah sakit, kesususahan yang dialami berhubungan dengan kegiatan beribadah.

Lain halnya dengan sabar jiwa yang merupakan kesabaran dari persoalan yang digerakkan oleh nafsu, dimana mencakup beberapa hal seperti, a) *al-iffah* (kesabaran menghadapi dorongan nafsu seksual dan perut); b) kesabaran dengan tujuan mengendalikan diri atas kesedihan, kepedihan, kesusahan, dan cobaan yang terjadi pada seseorang; c) kesabaran untuk mengendalikan diri apabila dilimpahi kekayaan (pengendalian jiwa); d) kesabaran dalam peperangan yang dinamakan dengan keberanian; e) lemah lembut, sabar untuk menekan kemarahan; f) sabar terhadap perubahan masa yang membosankan (*sa'at al-sadr*) disebut juga lapang dada; g) sabar untuk menjaga lisan dari sikap keluh kesah; h) kesabaran atas kekayaan dunia atau disebut juga zuhud; i) sabar menerima atas pemberian Tuhan dan menahan diri agar tidak berlebihan (*qana'ah*).

2. Sabar yang didasarkan oleh kuat dan lemahnya

Pertama merupakan keahlian menahan dorongan nafsunya sampai tidak ada sisa kekuatan bagi nafsu tersebut untuk melawan.

Agar bisa memperoleh hal tersebut dibutuhkan kesabaran yang dijalani secara terus menerus. Orang yang tergolong dalam kategori ini dinamakan dengan orang-orang terpercaya.

Kedua yaitu seseorang yang tidak bisa melawan hawa nafsunya lalu menyerah dan tidak berjuang untuk melawan sehingga

terjerumus pada setan. Pada kategori ini masuk dalam orang-orang yang abai.

Ketiga ialah orang yang berusaha dengan keras untuk menghadapi hawa nafsunya, tetapi bisa juga kalah dan bisa pula menang.

3. Sabar yang berlandaskan hukumnya

Pertama yang merupakan hukumnya wajib. Maksudnya adalah mengendalikan diri dari persoalan yang tidak baik menurut agama. Kedua yang mempunyai hukum Sunnah. Berarti mengendalikan diri dari persoalan yang makruh. Ketiga yang merupakan hukum haram. Artinya, menahan diri dari perilaku yang bisa membahayakan dirinya, misalnya tangannya atau anaknya akan dipotong, tetapi dia tidak melakukan perbuatan tersebut maka ini termasuk sabar haram. Keempat yaitu yang termasuk dalam hukum makruh, yakni menerima atas tindakan tidak adil yang tidak disukai agama.

4. Sabar yang didasarkan oleh keadaan yang terjadi pada seseorang

Sabar apabila dilihat dari sisi keadaan yang terjadi pada suatu individu tidak terlepas dari 2 persoalan, yaitu hal yang disukai dan hal yang tidak disenangi. Suatu hal yang terjadi sesuai kesenangan, seperti kondisi sehat, kekayaan, derajat, keluarga, kemewahan dunia. Dalam hal ini menerapkan sabar cukup sulit, dan apabila tidak bisa menjalaninya dengan baik, maka orang tersebut dapat terperangkap dalam kedzaliman.

Sedangkan sabar terhadap persoalan yang dibenci, terdapat beberapa bagian diantaranya sebagai berikut:

a) Berhubungan dengan pilihannya, seperti ketaatan. Hal tersebut cukup sulit untuk dijalani sebab perangai seseorang yang lebih senang diutamakan daripada beribadah. Oleh sebab itu, agar mampu mencapai kesabaran seperti ini, wajib sabar dalam 3 persoalan, yakni mengatur niat untuk ibadah sebelum melakukan sesuatu hal. Dalam melaksanakan suatu amal yakni kesungguhan untuk melakukan ibadah tersebut, dan setelah menjalaninya ialah sabar dari perilaku riya' (menyebarkan perbuatan baik yang dilakukan). Berikutnya adalah sabar dari kemaksiatan sebab telah ditetapkan sebagai tempat hawa nafsu manusia. Bagian paling sulit mengenai sabar pada kemaksiatan yakni ketika perbuatan tersebut telah menjadi suatu hal yang telah biasa dalam hidup.

b) Berkaitan dengan pilihannya namun terdapat pilihan untuk menolak, seperti halnya apabila terdapat seseorang yang menyakiti kita, baik ucapan atau perilaku, tetapi kita tidak membalaskan perbuatan itu maka hal tersebut adalah hal yang sangat baik.

c) Tidak ada dalam pilihan baik dari awal hingga akhir, dalam perkara seperti ini contohnya adalah ujian. Baik yang tengah terjadi pada fisik, harta, kematian, sakit, dan lainnya. hal ini merupakan tingkatan sabar yang tinggi sebab mampu menerima dengan ikhlas ujian yang diberikan oleh Allah.

Pastinya tidak mudah untuk bisa melakukan sabar, tetapi Allah sudah memberikan jaminan pada semua hambanya bahwa di setiap kesulitan pasti terdapat kemudahan. Dikarenakan terdapat beragam macam ujian yang terjadi pada manusia membuat metode dalam menghadapinya ada beragam. Maka dari itu, jika dikorelasikan dengan kesabaran dapat ditarik kesimpulan bahwasanya apabila ingin melatih kesabaran maka hal yang dibutuhkan adalah sebuah ilmu. Seperti yang sudah dijabarkan penjelasan beragam kesabaran, berikut merupakan cara yang disajikan oleh al-Ghazali untuk bisa mencapai kesabaran.²⁸

1) Metode untuk menghilangkan

Pertama-tama orang tersebut wajib mengawasi apa saja yang dimakannya, dimana memperolehnya, ukuran, sebab makanan adalah sumber nafsu. Selain itu juga, kunci untuk menahan nafsu ialah berpuasa dan berbuka dengan kesederhanaan. Berikutnya adalah menghindarkan pandangan dari suatu hal yang dapat memicu nafsu secara langsung. Karena penggerak hati manusia adalah pandangan dan yang digerakkan oleh nafsu ialah hati manusia. Terakhir adalah mengisi diri dengan hal yang mubah, misalnya pernikahan sebab lelaki mayoritas adalah tidak bisa mengendalikan nafsu syahwatnya.

2) Metode untuk memperkuat dorongan agama

Pertama-tama ialah memperbanyak ilmu agama untuk memberikan pengetahuan mengenai faedah-faedah mujahadah serta

²⁸ *Ibid.*, 129-130.

hasilnya di dunia dan akhirat. Kedua, melatih diri sejak dini untuk menjauhi persoalan syahwat sampai menemukan sendiri bagaimana cara untuk menikmati dalam proses tersebut hingga nafsunya mampu mongering dengan sendirinya. Hal tersebut dapat memperkuat kemampuan untuk melawan nafsu karena telah terbiasa.

c) Konsep sabar dalam psikologi

Pada umumnya konsep mengenai sabar diteliti dalam kajian moralitas dan religious. Seperti halnya orang wajib sabar ketika ditimpa oleh ujian, ketika melaksanakan perintah agama dan menghindari apa yang dilarang dengan taat, seseorang juga diwajibkan untuk bersabar. Konsep sabar juga dapat digolongkan menjadi salah satu topic penelitian yang terdapat pada psikologi positif, misalnya kebersyukuran (gratitude) dan pemaafan (forgiveness).²⁹

Dalam konsep psikologi kesabaran, psikologi kesabaran terbagi menjadi tiga unsur, yakni terdiri dari unsur komponen utama, unsur komponen pendukung, dan unsur atribut dari sabar. Terdapat susunan dalam unsur komponen utama yaitu menahan sebagai respon awal, proses/aktif, kebutuhan akan ilmu, serta bertujuan kebaikan. Sedangkan susunan dari unsur komponen pendukung ialah optimis, pantang menyerah, taat/patuh pada aturan, memiliki semangat untuk menciptakan alternatif solusi,

²⁹ Subandi, "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi". Jurnal Psikologi. Vol. 38 No. 2, 2011, hal. 215.

konsisten, dan tidak mengeluh. Lalu susunan pada unsur atribut yakni terdiri dari emosi, pikiran, perkataan, serta perbuatan atau perilaku.³⁰

Pengertian mengenai unsur komponen utama sendiri ialah aksi yang terdapat dalam sebuah kesabaran seseorang. Dimana proses dalam unsur ini yang terdiri dari empat komponen wajib terdapat dalam sebuah kesabaran. Hal tersebut tidak dapat digolongkan sebagai kesabaran jika salah satu aspek dari unsur tersebut hilang sehingga menyebabkan proses tidak berjalan dengan dinamis.³¹

Mengenai unsur komponen pendukung yakni unsur yang melengkapi kesabaran seseorang. Tersusun dari 6 hal pada unsur ini yang setiap unsur wajib terdapat dalam kesabaran seseorang tetapi kekuatan 6 hal tersebut berbeda pada masing-masing individu. Dari perbedaan kekuatan masing-masing sifat kesabaran tersebut yang nantinya dipergunakan sebagai landasan dalam melihat tingkatan sabar seseorang.³²

Dalam unsur atribut sendiri yakni suatu unsur dimana terjadinya proses sabar, yakni emosi, pikiran, perkataan, dan perbuatan atau perilaku. Pada masing-masing atribut atau keseluruhan atribut, setiap kesabaran dapat terjadi baik secara bersamaan atau masing-masing. Meskipun hal tersebut dapat terjadi secara terpisah, setiap atribut akan mempengaruhi atribut lainnya.³³

³⁰ Subhan EI Hafiz dkk, “Konstruk Psikologi Kesabaran dan Perannya Dalam Kebahagiaan Seseorang”. Artikel Penelitian UHAMKA, 2013. Hal. 40.

³¹ *Ibid*

³² *Ibid*

³³ *Ibid*

Dari penguraian pemaparan tersebut, dapat di definisikan bahwasanya psikologi kesabaran ialah respon awal yang aktif dalam mengendalikan emosi, pikiran, perkataan, serta perbuatan yang patuh pada prosedur dengan bertujuan kebaikan yang didukung dengan komponen lain seperti optimis, tidak mudah putus asa, semangat dalam mencari ilmu atau memperoleh informasi, memiliki semangat dalam menciptakan alternatif solusi, konsisten, serta tidak mudah berkeluh kesah.³⁴

Maka kesabaran yang didasarkan atributnya sesuai dengan atribut psikologi kesabaran ialah sebagai berikut :

1. Atribut emosi

Merupakan respon awal yang aktif apabila pada kondisi menahan emosi agar patuh pada aturan dengan bertujuan kebaikan yang didukung oleh optimis, tidak mudah putus asa, semangat dalam mencari ilmu atau memperoleh informasi, memiliki semangat dalam menciptakan alternatif solusi, teguh, serta tidak mudah berkeluh kesah.

2. Atribut pikiran

Ialah respon awal yang aktif untuk menahan pikiran agar patuh pada aturan dengan bertujuan kebaikan yang didukung oleh optimis, tidak mudah putus asa, semangat dalam mencari ilmu atau

³⁴ *Ibid*, 42.

memperoleh informasi, memiliki semangat dalam menciptakan alternatif solusi, teguh, serta tidak mudah berkeluh kesah.

3. Atribut perkataan

Yakni respon awal yang aktif untuk menahan perkataan agar patuh pada aturan dengan bertujuan kebaikan yang didukung oleh optimis, tidak mudah putus asa, semangat dalam mencari ilmu atau memperoleh informasi, memiliki semangat dalam menciptakan alternatif solusi, teguh, serta tidak mudah berkeluh kesah.

4. Atribut perbuatan/perilaku

Adalah respon awal yang aktif untuk menahan perbuatan agar patuh pada aturan dengan bertujuan kebaikan yang didukung oleh optimis, tidak mudah putus asa, semangat dalam mencari ilmu atau memperoleh informasi, memiliki semangat dalam menciptakan alternatif solusi, teguh, serta tidak mudah berkeluh kesah.

Pengaruh yang cukup signifikan ditunjukkan juga oleh kompetensi kesabaran apabila seseorang tengah berupaya mengatasi konflik. Selain itu religiusitas seseorang dapat meningkatkan kemampuan suatu individu dalam menyelesaikan konflik interpersonal, akan tetapi bila seseorang tidak mempunyai kompetensi kesabaran yang cukup baik maka dapat terjadi penurunan pada kemampuan tersebut meskipun religiusitas yang dimiliki tetap tinggi. Hal itu menunjukkan bahwa pada umumnya religiusitas mempunyai dampak yang baik tetapi tidak mendapat hasil yang optimal

apabila tidak dilengkapi dengan kompetensi yang berkaitan dengan situasi, salah satunya adalah kesabaran.³⁵

Dari kompetensi sabar tersebut kemudian memunculkan beragam konsep sabar dalam kehidupan sehari-hari yang dihasilkan³⁶. Dalam kehidupan sehari-hari dapat diperoleh kategori tema-tema tentang pemaknaan sabar, diantaranya dijabarkan pada beberapa kategori berikut :

1. Pengendalian diri

Dalam perspektif psikologi terdapat salah satu konsep sabar yaitu adalah pengendalian diri. Seseorang akan berusaha mengatur dirinya sendiri sebaik mungkin untuk selalu menjaga kebaikan. Misalnya seperti, suatu individu memilah apa yang sesungguhnya tengah terjadi dan tidak berbuat hal secara sembarang yang berkemungkinan akan menimbulkan kecerobohan. Dalam tema ini terdapat 2 sub tema, yakni pengendalian emosi dan pengendalian keinginan.

Pengendalian emosi diungkapkan dalam beragam bentuk perbuatan, seperti tidak mudah marah, tidak hilang kendali, tidak menimbulkan energy negative bagi diri dan lingkungan, mampu mengendalikan emosi, dapat menahan diri, mengendalikan ekspresi emosi, tidak berkata kasar. Sedangkan dalam mengendalikan

³⁵ Subhan El Hafiz, "Psikologi Kesabaran" (<https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/22-psikologi-kesabaran>), diakses pada tanggal 3 Februari 2022 pukul 10.23)

³⁶ Barzam, "9 Konsep Sabar Dalam Psikologi" (<https://dosenpsikologi.com/konsep-sabar-dalam-psikologi>), diakses pada tanggal 3 Februari 2022 pukul 10.50)

keinginan, yakni dengan menahan diri dari godaan nikmat dunia dan tidak serakah.

2. Sikap bertahan dalam situasi sulit

Pengertian sabar juga bisa bermakna sebagai sikap bertahan dalam situasi yang sulit. Ketika seseorang sedang berada pada situasi titik terendah dalam hidupnya ia mungkin akan sulit dalam menerima apa yang terjadi. Akan tetapi terdapat adanya sikap sabar, seseorang akan memiliki usaha untuk berjuang dan bertahan dari beragam macam kesulitan yang sedang dihadapi. Pada situasi ini beragam bentuk perilaku dapat berupa seperti tidak mengeluh, mampu menghadapi cobaan, tetap kuat, tabah dalam menghadapi kesulitan, mampu mengendalikan diri apabila terjadi situasi yang tidak sesuai keinginan.

3. Perilaku menerima kenyataan

Ditanamkannya sikap sabar dapat memunculkan sebuah perilaku menerima kenyataan. Menurut Kubler Ross, apabila kenyataan tidak sesuai dengan keinginan, bisa saja seseorang mengalami respon sedih Diawali dari tahapan denial, anger, bargaining, depression dan acceptance. Dengan sikap sabar dapat membuat seseorang akan tiba dengan cepat pada tahap acceptance atau penerimaan. Dalam situasi ini terdiri dari beragam bentuk perilaku seperti menerima takdir Tuhan, menerima keadaan, menerima kenyataan, ikhlas dalam menghadapi cobaan, bersyukur,

berfikir positif atas keadaan yang menimpa, menyikapi dengan lapang dada.

4. Sikap agar berpikir panjang

Sabar mampu merubah seseorang agar bisa berpikir lebih panjang lagi. Hal yang tengah dihadapi oleh seseorang akan merenungkan terlebih dahulu serta berfikir dengan pemikiran yang masuk akal. Koping positif dapat dibangun cepat oleh seseorang apabila terdapat adanya sifat seperti ini.

Mengusahakan untuk berfikir secara netral terlebih dahulu sehingga tidak cepat dalam mengambil kesimpulan. Terkadang pengambilan kesimpulan yang diambil dari penilaian secara subjektif lebih dominan terpengaruh oleh emosi hingga menghasilkan simpulan yang kurang bijak. Dalam hal ini memunculkan pemikiran logis, harmoni antara pikiran dan hati, tidak bersikap impulsif, dapat mempertimbangkan secara bijak, berfikir positif, mampu mengklarifikasi masalah.

5. Sikap teguh atau tidak mudah patah semangat

Sikap gigih atau teguh dapat bertumbuh dari kesabaran. Seseorang dapat menjadi lebih mudah bangkit dari permasalahan serta berupaya dengan keras agar mampu memperbaiki kondisi sulit yang sedang dialami. Dari sikap seperti inilah yang akan membuat seseorang memiliki kepribadian yang gigih. Pada definisi ini dapat terlihat perilaku seseorang yakni terus berusaha meskipun belum

berhasil, memiliki usaha dalam mencari solusi, serta berjuang dalam menggapai tujuan.

6. Sikap tenang, tidak terburu-buru

Kesabaran dapat membuat seseorang untuk bersikap lebih bijak dalam berfikir. Hal ini pula dapat membentuk kepribadian yang lebih tenang. Seseorang mampu menjadi lebih bijak dalam mengambil sikap dimana bisa saja dapat membuat seseorang terjebak dalam kesulitan.

Definisi kesabaran yang berkaitan dengan ketenangan bermakna ketenangan lahir dan batin, tidak terburu-buru, tidak tersulut oleh nafsu, serta menjadikan ekspresi emosi lebih teduh. Pengertian sabar sebagai tenang tampak terutama pada situasi menunggu.

7. Sikap memaafkan

Melalui kesabaran, seseorang dapat mempunyai sikap pemaaf. Dalam psikologi konsep sabar ini menjadikan hal yang baik, dimana tidak sering seseorang memiliki jiwa yang besar dengan terlebih dulu memaafkan. Memaafkan tidak bermaksud bahwa kita kalah, namun hal tersebut demi kebaikan bagi diri sendiri.

Definisi sabar sebagai perilaku memaafkan memiliki makna bahwa sabar adalah sebuah pengampunan, lapang dada, menyikapi dengan positif, bertutur kata dengan baik meskipun tidak diperlakukan dengan baik, empati, memahami orang lain, serta mampu

menyembunyikan rahasia sehingga menjalin hubungan sosial yang baik.

8. Sikap ikhlas

Seseorang yang dengan baik dapat menerapkan sikap sabar adalah gambaran dari sikap ikhlas. Konsep ini berjalan sesuai seperti konsep-konsep sebelumnya. Keikhlasan serta kesabaran tidak secara langsung memberi gambaran bahwa seseorang akan berubah pasrah dan tidak mau berusaha. Kedua hal tersebut akan membentuk seseorang memiliki koping yang lebih positif.

9. Menahan emosi

Seseorang dapat menahan emosi dengan baik pula melalui kesabaran. Masing-masing individu memiliki emosi stabil yang akan membuat nyaman ketika menjalankan aktivitas. Produktivitas yang dimiliki pula dapat terus terjaga sebab emosi yang dimiliki dominan stabil. Karena hal tersebut terdapat adanya kesabaran.

B. Anak Berkebutuhan Khusus

a) Pengertian ABK

Secara umum Anak Berkebutuhan Khusus atau lebih dikenal ABK memiliki pengertian yaitu suatu keadaan ketika anak mempunyai perilaku istimewa yang berlainan tidak seperti anak pada umumnya, yakni menderita keterbatasan atau keluarbiasaan baik pada fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional. Definisi berkebutuhan khusus secara langsung merujuk pada anak yang dinilai mengalami kelainan atau penyimpangan terkait pada

keadaan yang berbeda dari kebanyakan kondisi anak normal pada umumnya baik pada hal fisik, mental ataupun personalitas perilakunya³⁷. Secara sederhana, anak berkebutuhan khusus bisa di definisikan dengan anak yang membutuhkan pelayanan eksklusif agar bisa melaksanakan kegiatan keseharian dengan baik.

Berlandaskan klasifikasi serta golongan kelainan, anak berkebutuhan khusus digolongkan ke dalam tiga kelompok, kelainan fisik, kelainan mental, dan kelainan karakteristik sosial. Berdasarkan penjabaran yang disebutkan anak yang di klasifikasikan berkebutuhan dalam aspek fisik mencakup kelainan dalam indra pengelihatian (tunanetra), kelainan pada indra pendengaran (tunarungu), kelainan kemampuan berbicara (tunawicara), dan kelainan pada fungsi anggota tubuh (tuna daksa). Pada anak yang berkebutuhan pada aspek mental mencakup anak yang mempunyai kemampuan mental lebih (super normal) yang diketahui sebagai anak berbakat atau anak unggul, dan yang mempunyai kemampuan mental sangat rendah (abnormal) dikenal sebagai tunagrahita. Berbeda lagi dengan aspek sosial, yakni anak yang mengalami kesulitan untuk menyesuaikan kepribadiannya terhadap lingkungan sekitar, yang dapat dinamakan dengan tunalaras.³⁸

Dampak yang diperoleh dapat terjadi secara langsung atau tidak langsung pada mekanisme hubungan fisik dengan psikis sebagai konsekuensi

³⁷ Mohammad Efendi, *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkebutuhan Khusus*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), hal. 20.

³⁸ Nandiyah Abduillah, "Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus". *Jurnal Magistra*. No. 86, 2013, hal. 2.

pada masing-masing aspeknya. Jika reaksi-reaksi emosional yang diakibatkan oleh hambatan terus menumpuk dan kekuatannya semakin meningkat, maka yang muncul pada reaksi emosionalnya justru tidak menguntungkan bagi perkembangan kepribadiannya. Seperti contoh, reaksi emosional yang berwujud rendah diri, mudah tersinggung, kurangnya kepercayaan diri, frustrasi, menutup diri, serta lainnya. Munculnya perilaku tersebut bisa saja sebagai mekanisme pertahanan diri akibat ketidakberdayaan dalam mengendalikan kepribadiannya.³⁹

b) Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus

Setiap anak berkebutuhan khusus antara anak yang satu dengan anak lainnya mempunyai perbedaan karakteristik tiap masing-masing anak. Pelayanan yang diperuntukkan bagi anak berkebutuhan khusus tidak bisa disamaratakan dengan anak berkebutuhan khusus lainnya, melainkan wajib memberikan yang sesuai dengan karakteristik kebutuhan juga kemampuan mereka.

Dari beragam macam karakteristik anak berkebutuhan khusus (abk) berisikan penjelasan mengenai apa saja karakteristik khusus dari anak berkebutuhan khusus, di antaranya anak yang mempunyai gangguan pengelihatan, pendengaran, intelegensi, fisik, motoric, pervasive.⁴⁰

1. Tunanetra

³⁹ *Ibid*, 6.

⁴⁰ Khairun Nisa, Sambira Mambela, and Luthfi Isnı Badiah, 'Karakteristik Dan Kebutuhan Anak Berkebutuhan Khusus', *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 2.1 (2018), 33–40 <<https://doi.org/10.36456/abadimas.v2.i1.a1632>>.

Secara mendasar, definisi anak tunanetra dapat didefinisikan dengan anak-anak yang mengidap hambatan pada fungsi penglihatan. Diperlukan pendefinisian ketunanetraan menurut fungsi atau kemampuan penglihatan yang tersisa. Hal tersebut memiliki tujuan untuk membantu dalam memberi kemudahan penyediaan layanan baik dalam bentuk akademik maupun layanan tambahan sebagai keterampilan pendamping. Tujuan dari mendefinisikan ketunanetraan sesuai dengan tingkat fungsi penglihatan adalah kita tidak akan mengartikan secara keseluruhan bahwa anak tunanetra ialah anak yang mengalami kebutaan.

Terbagi kedalam tiga penggolongan dalam pendefinisian ketunanetraan, yaitu buta buta, buta fungsional, dan low vision. Seseorang disebut mengalami kebutaan secara legal apabila kekuatan penglihatannya berkisar 20/200 atau dibawahnya, bisa juga lantang pandangannya tidak lebih dari 20 derajat. Pada penjelasan ini, seorang anak akan melalui tes menggunakan snellen chart (kartu snellen) dimana anak harus bisa mengidentifikasi huruf pada jarak 20 kaki atau 6 meter. Dengan makna lain, dapat dikatakan buta secara legal apabila anak-anak menderita permasalahan pada sudut pandang penglihatan, yakni kemampuan untuk menggerakkan mata agar bisa melihat ke sisi samping kiri dan kanan.

Disebutkan menderita kebutaan jika anak mengalami mendapatkan rangsangan cahaya yang diterima sedikit atau bisa juga tidak mampu melihat apapun dengan kemampuan penglihatannya, yang hal ini dapat dinamakan dengan buta total. Pada jenis ini, anak-anak mengandalkan indera pendengaran dan peraba nya sebagai alat utama untuk memperoleh informasi mengenai keadaan sekitar.

Seorang anak dikategorikan sebagai buta fungsional jika anak mempunyai sisa penglihatan untuk mengenali cahaya di sekitar. Pada jenis ini, anak-anak masih bisa mengenali stimulus cahaya di lingkungan sekitar. Beberapa diantaranya masih dapat mengenali pantulan cahaya yang berasal dari benda-benda sekitar, sehingga masih adanya sisa penglihatan bisa memberikan mereka kemudahan untuk belajar orientasi mobilitas.

Lain lagi jika disebut sebagai low vision bila anak masihlah mempunyai sisa penglihatan untuk berorientasi dengan lingkungan sekitar. Anak-anak dengan low vision bahkan masih bisa mengenali huruf dan angka, yang arti lain bisa difungsikan untuk membaca walaupun memerlukan kaca pembesar sebagai pembantu. Anak yang menderita low vision masihlah bisa mengenali wajah seseorang melalui sisa kemampuan penglihatannya walaupun dilakukan dengan jarak yang sangat dekat.

Menurut pemaparan penjelasan dari definisi tersebut bisa disimpulkan bahwasanya anak-anak tunanetra merupakan anak yang menderita problema yang terjadi pada fungsi penglihatannya, sehingga mereka menderita permasalahan dalam berorientasi dengan lingkungan melalui indera penglihatannya.

2. Tunarungu

Tunarungu bisa didefinisikan dengan hambatan pendengaran, anak yang menderita ketunarunguan ialah terjadi masalah pada hilangnya atau berkurangnya kekuatan pendengaran. Anak bisa dikategorikan tunarungu apabila mereka tidak dapat atau kurang bisa mendengar. Terdapat dua kategori dalam pembeda tunarungu, yakni tuli dan kurang dengar.

Tuli adalah sebuah keadaan yang membuat seseorang betul-betul tidak bisa mendengar disebabkan oleh fungsi dengar pada telinga yang hilang. Lain lagi dengan kurang dengar adalah suatu keadaan dimana terjadi kerusakan pada organ pendengaran seseorang namun masih bisa digunakan untuk mendengar, meskipun adanya atau tidak adanya alat bantu dengar.

Menurut pendapat lain (Boothroyd), pendapat yang dimilikinya berbeda mengenai klasifikasi anak tunarungu. Ada 4 jenis anak tunarungu, diantaranya adalah tunarungu ringan (15-

30 db), tunarungu sedang (31-60 db), tunarungu berat (61-90 db), dan tunarungu sangat berat (91-120 db).

Dapat disimpulkan, akibat dari kehilangan fungsi pendengaran pada suatu individu bisa berpengaruh terhadap cara berkomunikasi dengan orang lain. Telinga atau indera pendengar adalah organ yang memiliki peran penting ketika terjadi proses penerimaan informasi yaitu suara, lalu dilanjutkan untuk diproses menuju otak sehingga mewujudkan pemahaman tertentu. Setiap individu mampu berbicara dan berbincang secara verbal disebabkan otak mampu merekam segala informasi yang diterima oleh telinga sejak dini. Maka dari itu, jika tugas pendengaran hilang sejak kecil sama seperti seorang anak bisa kekurangan penerimaan kosakata akibat terjadi hambatan pada proses ketika informasi masuk yakni melalui suara yang diterima oleh telinga.

3. Tunagrahita

Tunagrahita adalah sebutan untuk anak berkebutuhan khusus yang menderita persoalan terkait kecerdasan. Sebutan tunagrahita di Indonesia adalah pengelompokan dari beberapa jenis anak berkebutuhan khusus, tetapi pada bidang pendidikan mereka mempunyai halangan yang sama disebabkan persoalan kecerdasan. Penyebutan lain bagi anak yang mengidap permasalahan kecerdasan mempunyai sebutan nama IQ dibawah 35. Sedangkan kriteria lainnya dilandaskan pada kompetensi

yang dipunya, yakni ringan (dapat didik), sedang (dapat dilatih), berat (bisa dirawat).

Menurut beberapa pendapat tersebut, maka bisa diketahui bagaimana kebutuhan mendasar anak tunagrahita. Ketika pelaksanaan pembelajaran, anak tunagrahita membutuhkan pendekatan yang berbeda dari anak-anak pada umumnya sebab ketika proses menerima pengetahuan pastinya lebih lama. Tentunya hal itu hanya berlaku pada anak tunagrahita yang masih mempunyai kemampuan dalam menerima pelajaran, maksudnya adalah pada jenis anak tunagrahita mampu didik. Berbeda lagi dengan anak tunagrahita mampu latih, dibutuhkan bagi mereka untuk memperoleh latihan-latihan bina diri supaya dirinya menjadi terbantu untuk bisa lebih mandiri sehingga tidak selalu menggantungkan pada orang lain.

Anak tunagrahita dapat dibedakan berdasar susunan kecerdasan dengan dasar kecerdasan normal manusia. Dengan skala binet kira-kira antara 90-110. Berbagai istilah dalam penyebutan anak tunagrahita secara umum mempunyai makna yang sama. Yakni memaparkan mengenai anak yang mempunyai keterbatasan intelegensi di bawah rata-rata. Sehingga mengakibatkan terjadi persoalan akademis dan kesusahan ketika melakukan kegiatan sehari-hari.

Ada bermacam jenis tingkat intelegensi, yaitu ringan sekitar (IQ 65-80), sedang sekitar (IQ 50-65), berat sekitar (IQ 35-50). Sangat berat mempunyai tingkatan berat, dimana mempunyai karakteristik lebih khusus. Mereka mengalami kesulitan dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari. Anak-anak yang termasuk dalam golongan tersebut memerlukan bantuan orang lain supaya bisa mengurus dirinya sendiri.

4. Tunadaksa

Menurut pemahaman pendidikan khusus di Indonesia, tunadaksa bisa didefinisikan sebagai hambatan motorik. Dalam pemahaman lain bisa ditemukan pemakaian definisi lain untuk penyebutan anak tunadaksa, contohnya adalah anak dengan halangan gerak. Tentunya, anak tunadaksa merupakan anak yang mengidap gangguan fungsi gerak diakibatkan oleh permasalahan yang terjadi pada organ gerak dalam tubuh. Penjelasan lain menyebutkan, bahwasanya tunadaksa yaitu suatu kondisi rusak atau terganggu yang dikarenakan bentuk tidak normal atau organ, tulang, otot, dan sendi tidak bisa difungsikan dengan baik.

Anak tunadaksa, mempunyai beragam jenis kategori tergantung pada bagian anggota gerak mana yang terdapat permasalahan. Ada beberapa kategori tunadaksa diantaranya yakni, club-foot (kaku kaki), club-hand (kaku tangan), polydactylism (jari lebih banyak), syndactylism (jari berselaput),

torticollis (gangguan tulang leher), spina bifida (abnormalitas sumsum tulang belakang), dan lainnya. Di Indonesia, pendidikan khusus mengkategorikan anak cerebral palsy dengan kumpulan anak berkebutuhan khusus tunadaksa. Walaupun masuk dalam kategori disabilitas brain injury, anak cerebral palsy dikategorikan sebagai anak tunadaksa sebab menderita hambatan pada kemampuan gerak terlebih otot.

Walaupun anak tunadaksa menderita halangan pada anggota gerak, tetapi pada umumnya anak-anak tunadaksa tidak mempunyai masalah dengan kemampuan kecerdasan. Dilihat sisi umumnya, anak tunadaksa melalui perkembangan yang normal seperti halnya anak pada umumnya. Akan tetapi, paling penting adalah diperlukan lebih banyak perhatian terhadap anak tunadaksa dalam segi perkembangan sosial emosional. Anak tunadaksa tumbuh dengan keadaan tubuh yang bermasalah, pasti hal itu dapat sedikit banyak mempengaruhi perkembangan sosial emosional. Anak tunadaksa rentan berperilaku kurang percaya diri, menutup diri, bahkan tidak dapat dihindari kemungkinan rentan untuk menerima perilaku bullying.

5. Tunalaras

Masih menjadi pembahasan yang rumit tentang pendefinisian anak tunalaras. Namun secara umum dapat diartikan dengan anak-anak yang menderita permasalahan pada

perilaku. Definisi tentang tunalaras belum bisa secara umum diterima sebab mengenai maka dari definisi penyebutan anak tunalaras yang dinilai belum sesuai. Jadi inti dari penyebutan anak tunalaras adalah hambatan perilaku yang menunjukkan suatu perlawanan secara terus-terusan pada masyarakat, seperti menyakiti diri sendiri, juga tidak mau mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah.

Sebutan lain yang dapat dijelaskan mengenai tunalaras adalah anak tunasosial, sebab anak itu selalu berbuat yang melanggar norma dan peraturan sosial di masyarakat. Misalnya mencuri, mengganggu ketentraman, merisak orang lain, dan lainnya. Anak dapat disebut sebagai anak dengan gangguan apabila secara nyata dan konsisten merespon lingkungan yang menyimpang tanpa disertai kepuasan pribadi tetapi anak dengan gangguan tersebut masih bisa diajarkan untuk berperilaku baik.

6. Anak cerdas dan bakat istimewa

Sesuai undang-undang yang tercantum pada UU Sisdiknas No. 2 2003, anak yang memiliki bakat dan kecerdasan istimewa tergolong anak yang membutuhkan pelayanan khusus. Anak berbakat dan cerdas istimewa mempunyai kebutuhan dan karakteristik yang berlainan dengan anak-anak pada umumnya. Definisi anak berbakat mempunyai kesamaan dengan istilah-istilah asing, dimana bisa dimaknai sebagai anak yang

mempunyai keahlian atau talenta di atas rata-rata anak pada umumnya. Sama halnya juga seperti anak kecerdasan istimewa yang mempunyai kecerdasan IQ di atas rata-rata anak pada umumnya. Tetapi, ada penjelasan lain mengenai sebutan anak berbakat dan cerdas istimewa, yakni anak yang mempunyai keahlian atau IQ di atas rata-rata bisa memiliki banyak prestasi sebab kemampuannya tersebut.

Secara umum, proses bertumbuh berkembang anak dengan kecerdasan dan bakat istimewa tidak jauh berbeda layaknya anak-anak normal. Tetapi, sangat ditegaskan dalam perkembangan aspek tertentu yang pastinya berbeda dari anak normal yakni dimana mereka melewati fase perkembangan yang lebih cepat dibanding dengan anak-anak seusianya. Hal itu bisa berlaku pada aspek apapun, baik ketika menerima proses pemahaman tentang ilmu pengetahuan, kinestik, seni, dan lainnya. Maka dari itu, anak dengan kecerdasan dan bakat istimewa membutuhkan pelayanan khusus untuk membantu anak ketika proses pesat perkembangan pada aspek-aspek tertentu.

Sebutan anak berkebutuhan khusus tidak mesti menuju tentang kelainan yang diderita, tetapi memfokuskan pada pemberian pelayanan khusus yang diperlukan sebab menderita halangan atau kompetensi di atas rata-rata. Walaupun terdapat banyak kategori anak berkebutuhan khusus, tetapi apabila pada golongan pendidikan khusus di Indonesia, seluruh kategori anak berkebutuhan khusus di jabarkan secara umum masuk dalam

penyebutan anak tunanetra, anak tunarungu, anak tunagrahita, anak tunadaksa, anak tunalaras, serta anak cerdas dan bakat istimewa.

c) **Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus**

Persoalan anak berkebutuhan khusus masuk dalam permasalahan yang dinilai cukup pelik baik secara kuantitas maupun kualitas. Mengetahui bahwa terdapat beragam klasifikasi anak berkebutuhan khusus yang memiliki persoalan berbeda-beda, maka diperlukan pula penindakan lebih khusus. Apabila anak berkebutuhan khusus mendapat penindakan yang tepat sesuai dengan minat dan kapasitasnya, alhasil anak menjadi lebih mandiri. Begitupun sebaliknya, apabila penanganan dilakukan tidak sesuai, dapat membuat anak mengalami kendala pada proses perkembangan kemampuan.⁴¹

Dalam pengidentifikasian dilakukan oleh pihak yang ahli di bidangnya masing-masing. Pelaksanaan pengenalan kondisi bersifat simple dan berfokus mengutamakan pada penemuan atau mendapati apakah seorang anak termasuk sebagai anak berkebutuhan khusus atau tidak. Pengidentifikasian umumnya bisa dilaksanakan oleh orang-orang yang selalu berhubungan (sering berinteraksi) bersama anak, misalnya orangtua, guru, serta pihak-pihak lain yang terhubung dengan sang anak. Lalu berikutnya dilaksanakan asesmen, yang diidentifikasi tenaga professional diantaranya dokter, psikolog, neurolog, terapis, dan lainnya.⁴²

⁴¹ Purba Bagus Sunarya, Muchamad Irvan, Dian Puspa Dewi, "*Kajian Penanganan Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus*". Jurnal Abadimas Adi Buana. Vol. 02 No. 1, 2018, hal. 12.

⁴² *Ibid*

Penanganan yang dilakukan oleh para ahli bertujuan agar memberi dampak yang baik untuk anak berkebutuhan khusus. Seperti dalam beragam bidang aspek, bidang akademik sehingga dapat dengan baik mengikuti pembelajaran, pada bidang sosial anak dapat bercengkrama dengan lingkungan disekitarnya, juga pada bidang emosi anak mampu mengarahkan emosi pada sesuatu yang baik. Orangtua ataupun keluarga dimana ialah peran penting didalam pemberian pelayanan utama terhadap anak berkebutuhan khusus, dinilai belum cukup menguasai kesadaran juga tanggung jawab untuk memberikan hak yang sama dan kesempatan bagi anak berkebutuhan khusus⁴³. Hal tersebut diakibatkan orang tua ataupun keluarga kurang akan pengetahuan dalam hal mengenai bagaimana cara merawat, mengajari, mengasuh, dan pemenuhan kebutuhan anak berkebutuhan khusus. Orang tua atau keluarga adalah faktor paling penting dalam pemberian fasilitas bagi tumbuh kembang dan tempat berlindung paling aman bagi anak berkebutuhan khusus.

Mengajari anak yang memiliki kelainan fisik, mental, ataupun karakter sosialnya tidak bisa disamakan layak halnya mendidik anak pada umumnya. Diperlukan sebuah pendekatan yang khusus dan menjalankan strategi khusus pula. Semua itu dilakukan sebab didasarkan pada keadaan yang diderita anak berkebutuhan khusus. Oleh sebab itu, dengan dilakukan program dan trik tersendiri ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus, anak diharapkan bisa mampu menerima kondisi yang dialaminya, mampu bersosialisasi dengan baik di lingkungan sekitarnya, dapat berusaha sendiri

⁴³ *Ibid*

sesuai pada kemampuannya, mempunyai keterampilan yang sangat diperlukan baik bagi dirinya maupun untuk nantinya, serta sadar bahwasanya termasuk sebagai warga negara dan anggota masyarakat. Dengan maksud lain supaya solusi yang diterapkan didalam penanganan anak berkebutuhan khusus mampu menghasilkan kegunaan serta hasil tersebut yang bisa bermanfaat.⁴⁴

Hal paling mendasar didalam solusi mendampingi anak berkebutuhan khusus dapat dilaksanakan dengan membangun prinsip-prinsip pendekatan secara khusus, diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Prinsip kasih sayang

Pada dasarnya prinsip kasih sayang ialah apa pun dan bagaimanapun kondisi mereka mampu diterima apa adanya. Cara yang harus diterapkan pada mereka adalah dengan tidak bersikap memanjakan, tidak bersikap abai terhadap kebutuhannya, dan sesuai dalam pemberian tugas dengan kemampuan anak.

2. Prinsip layanan individual

Dalam rangka mendidik anak berkebutuhan khusus melalui pelayanan individual, perlu mendapat bagian yang lebih besar. Oleh sebab itu, cara yang harus dijalani bagi mereka selama pendidikannya yaitu: a) tiap kelas yang dilayani oleh guru tidak melebihi 4-6 orang siswa, b) pengaturan kurikulum serta jadwal pelajaran yang bisa

⁴⁴ Nandiyah Abdullah, "Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus". Jurnal Magistra. No. 86, 2013, hal. 8.

bersifat fleksibel, c) pengaturan kelas perlu diatur dengan mudah agar guru bisa memantau dengan mudah semua siswanya, dan d) pembaharuan pada alat bantu pengajaran.

3. Prinsip kesiapan

Menerima suatu pelajaran tertentu pastinya diperlukan kesiapan. Khususnya pada anak yang apakah siap dalam memperoleh pelajaran yang hendak diberikan. Khususnya mengenai pengetahuan prasyarat, baik prasyarat pengetahuan, mental, serta fisik yang dibutuhkan guna menunjang pada pelajaran berikutnya.

4. Prinsip keperagaan

Untuk media alat peraga yang dipakai sebaiknya diusahakan memakai benda atau kondisi aslinya. Apabila hal tersebut susah untuk dijalani bisa memakai benda tiruan atau minimal dengan gambar.

5. Prinsip motivasi

Pada hal ini, prinsip motivasi lebih memfokuskan tentang cara bagaimana mengajar serta pemberian evaluasi yang disesuaikan dengan keadaan anak berkebutuhan khusus. Seperti misalnya, untuk anak tunanetra, dalam mempelajari orientasi serta mobilitas yang difokuskan pada pengenalan suara binatang yang lebih mengasyikkan dan memberi kesan apabila mereka sedang berkunjung ke kebun binatang.

6. Prinsip belajar dan kerja kelompok

Arah pemfokusan prinsip belajar dan kerja kelompok akan memberi hasil dengan selaku anggota masyarakat bisa ikut bersosialisasi bersama masyarakat di lingkungan sekitarnya dengan tidak ada rasa minder atau rendah diri terhadap orang lain. Oleh sebab itu, sifat seperti egosentris atau egoistis pada anak tunarungu dikarenakan tidak dapat mendalami perasaan, agresif, serta destruktif pada anak tunalaras harus diminimalisir atau dimusnahkan dengan cara belajar dan kerja kelompok. Dengan menjalani seragkaian kesibukan tersebut dapat berharap bahwa mereka mampu mengerti bagaimana cara bersosialisasi dengan orang lain secara baik dan wajar.

7. Prinsip keterampilan

Pemberian pembelajaran keterampilan pada anak berkebutuhan khusus selain berfungsi selektif, edukatif, rekreatif, dan terapi, bisa juga bermanfaat sebagai bekal untuk kehidupannya di masa depan.

8. Prinsip penanaman dan penyempurnaan sikap

Sikap anak berkebutuhan khusus memang kurang baik secara fisik maupun psikis, jadi memerlukan usaha supaya mereka mempunyai sikap yang baik dan tidak selalu menarik perhatian orang lain.

Pengenalan dan asesmen teruntuk anak berkebutuhan khusus sangat diperlukan supaya mengetahui pelayanan yang tepat dengan karakteristik

kebutuhan juga kemampuan. Beragam bentuk pelayanan wajib dilakukan agar memenuhi kepentingan mereka, tidak cukup untuk Ilmu pendidikan tetapi pelayanan non akademik pun sangat dibutuhkan supaya menaikkan kualitas hidup mereka menjadi lebih baik dan mandiri.⁴⁵

Pelayanan khusus yang disesuaikan oleh masing-masing karakteristik kebutuhan dan kemampuan dapat di klasifikasikan sebagai berikut:

1. Tunanetra

Pada persoalan ini, anak tunanetra memerlukan pelayanan khusus untuk memenuhi proses belajarnya. Secara umum, anak tunanetra dalam proses pembelajaran memakai tulisan braille, yakni indera perabanya difungsikan secara baik untuk mengenali tulisan braille. Walaupun seperti itu, tetap melatih anak tunanetra untuk mengandalkan sisa penglihatannya agar mampu berorientasi dengan lingkungan sekitar. Seperti contoh yang menderita buta fungsional, mereka wajib bisa mengandalkan sisa penglihatannya supaya bisa membantu ketika sedang didalam proses belajar orientasi mobilitas. Berbeda lagi dengan anak low vision harus pula diperkenalkan pada tulisan awas sehingga yang dipelajarinya tidak cukup pada batas memelajari tulisan braille.

Anak-anak dengan ketunanetraan tidak hanya memerlukan tulisan braille untuk bisa belajar, namun juga diperlukan pendekatan yang berlainan lagi ketika proses pembelajaran. Guru memerlukan

⁴⁵ Khairun Nisa, Mambela, and Badiah.

sarana pembelajaran yang sama seperti bentuk aslinya (replica) untuk digunakan sehingga anak tunanetra bisa memaksimalkan indera perabanya supaya membantu memperoleh informasi ketika aktifitas pembelajaran. Meskipun begitu, diperlukan pengalaman nyata untuk anak tunanetra supaya pengetahuan menjadi luas dan membantu proses belajar lebih mudah sama halnya dengan anak-anak pada umumnya.

Diluar dari itu, ketika berada di lingkungan masyarakat anak-anak memerlukan bantuan aksesibilitas agar bisa memanfaatkan fasilitas umum yang tersedia. Seperti misalnya, trotoar atau lantai yang memberikan manfaat bagi anak tunanetra dengan adanya bidang timbul sehingga mempermudah mereka untuk mengenali jalan yang dituju. Hal lain yang perlu dilakukan juga adalah memasang tulisan-tulisan braille lalu diletakkan pada ruang umum supaya membantu mempermudah mereka menemukan fasilitas yang diperlukan.

2. Tunarungu

Berdasarkan mengenai permasalahan anak tunarungu yang pada dasarnya tidak mengidap halangan pada perkembangan kecerdasan dan aspek-aspek lain, maka pada pemberian pelayanan pendidikan anak tunarungu mempunyai penanganan yang tidak berbeda dan dijalani seperti anak-anak pada normalnya. Dari pada itu, guru membutuhkan cara yang khusus ketika memberikan informasi materi pelajaran kepada anak tunarungu. Guru wajib bisa mengatakan

dengan mimik mulut yang jelas, jadi walau tidak bisa mendengar anak tunarungu bisa dengan mudah menerima informasi yang disampaikan.

Daripada hal itu, penggunaan bahasa isyarat atau bahasa tubuh harus dikuasai oleh guru supaya berguna untuk membantu selama proses pemberian informasi. Model pembelajaran seperti ini dinamakan juga dengan pendekatan komtal (komunikasi total).

3. Tunagrahita

Ketika pelaksanaan pembelajaran, anak tunagrahita membutuhkan pendekatan yang berbeda dari anak-anak pada umumnya sebab penerimaan pengetahuan tidak secepat anak pada umumnya dan pasti dalam proses penerimaan membutuhkan waktu yang lebih lama. Akan tetapi kondisi tersebut cuman berlaku teruntuk anak tunagrahita yang masih mempunyai kemampuan dalam menerima pelajaran, dapat dipastikan bahwasanya berlaku bagi anak tunagrahita mampu didik. Berbeda dengan anak tunagrahita yang mampu latih, mereka perlu memperoleh latihan-latihan bina diri supaya menolong dirinya agar lebih bisa mandiri dan tidak selalu mengandalkan pada orang lain.

Sangat berat memiliki tingkatan berat, dimana mempunyai ciri-ciri yang lebih khusus. Mereka mengalami kesulitan dalam menjalankan kegiatan kehidupan sehari-hari. Anak-anak yang termasuk didalam golongan itu memerlukan pertolongan orang lain supaya bisa mengurus dirinya sendiri.

4. Tunadaksa

Anak tunadaksa pada proses pembelajaran diperlukan model-model pembelajaran khusus yang telah diselaraskan dengan keadaan badan. Setiap anak tunadaksa tidak bisa selalu dipastikan mampu menulis dengan baik sebab keadaan motoric halus yang tidak memungkinkan.

Diperlukan pembelajaran lain selain pembelajaran berlandas akademik supaya bisa melatih softskill sehingga mampu memanfaatkan dengan baik sisa kemampuan dari fungsi gerak untuk menghasilkan suatu kreatifitas karya cipta. Anak tunadaksa membutuhkan pelayanan-pelayanan tersebut supaya bisa membantu membuat lebih baik kualitas hidupnya dan menjadi seseorang yang bisa leih mandiri.

5. Tunalaras

Dalam konteks pendidikan khusus di Indonesia disebutkan bahwa anak tunalaras memiliki permasalahan pada perilaku, sosial, dan emosional. Berdasarkan pada persoalan tersebut, anak tunalaras bisa mengidap akibat yang sangat signifikan apabila tidak memperoleh pelayanan secara khusus. Layanan konseling dan rehabilitasi perlu diberikan pada anak-anak tunalaras supaya mempraktikkan latihan-latihan secara khusus sehingga bisa menghasilkan perilaku yang selaras dengan norma dan aturan sosial dalam bermasyarakat.

6. Anak cerdas dan bakat istimewa

Anak cerdas dan bakat istimewa memang memiliki kemampuan yang perkembangannya sangat pesat pada aspek tertentu. Tetapi tidak bermaksud hal tersebut tidak menimbulkan dampak negative terhadap aspek sosial emosional mereka. Prestasi akan lebih banyak dicapai anak dengan kecerdasan dan bakat istimewa serta tingginya tingkat keberhasilan bisa saja lebih unggul daripada anak lainnya.

Tentunya hal tersebut bisa menimbulkan akibat yang parah apabila terdapat kegagalan dalam prosesnya. Dampak yang ditimbulkan bisa dengan berdiam diri, tingkat stress meningkat, hingga dampak yang sangat parah adalah bunuh diri. Dapat disimpulkan bahwasanya pelayanan bagi anak cerdas dan bakat istimewa adalah memberikan layanan konseling dan pendampingan yang bermanfaat selain dapat menunjang kecerdasan dan bakat anak juga bisa membantu menguatkan sisi emosional.

C. Pembelajaran Masa Pandemi

Munculnya virus covid yang melanda di seluruh dunia sangat berdampak pada kehidupan, sebab sudah banyak memakan korban jiwa. Sehingga hal tersebut menimbulkan kerugian serta menjadi penghambat kelancaran di seluruh bidang, salah satunya adalah bidang pendidikan. Tidak di Indonesia saja, seluruh lembaga pendidikan di seluruh dunia secara kompak untuk tidak mengadakan kegiatan pembelajaran tatap muka secara langsung. Di Indonesia pendidikan secara tatap muka terpaksa diberhentikan

untuk sementara oleh pemerintah sebagai salah satu upaya pencegahan penyebaran virus. Oleh sebab itu, diselenggarakanlah proses pendidikan jarak jauh (daring).

Akibat dari kondisi yang parah tersebut, secara terpaksa seluruh lembaga pendidikan harus siap dan mematuhi untuk menyelenggarakan proses pendidikan belajar dengan jarak jauh (daring). Tidak diragukan apabila terdapat beberapa lembaga terlihat mengalami kesulitan untuk melakukan penyesuaian dengan keadaan. Diakibatkan dari diadakannya perubahan sistem pembelajaran yang ditetapkan oleh pemerintah ketika masa pandemic menyebabkan muncul berbagai permasalahan pada keberlangsungan pembelajaran yang dilaksanakan secara jarak jauh (daring).⁴⁶

Bagi beberapa pihak, pembelajaran yang dilakukan secara jarak jauh (daring) cukup menyusahkan sebab terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi. Faktor-faktor tersebut di antaranya seperti, peserta didik, materi, waktu, proses pembelajaran, ketersediaan teknologi, dan keuangan. Kondisi tersebut tidak hanya berakibat pada lembaga pendidikan regular saja, lembaga pendidikan yang menampung anak berkebutuhan khusus juga menilai beberapa faktor tersebut juga terjadi.

Walaupun pembelajaran jarak jauh (daring) dinilai sebagai alternative yang terbaik supaya pendidikan bisa tetap berjalan dan siswa tetap berada di rumah, hal tersebut juga memiliki hambatan seperti interaksi guru maupun

⁴⁶ Nurul Puspita Dewi, 'Problematika Pembelajaran Untuk Anak Berkebutuhan Khusus Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Sekolah', *JPI (Jurnal Pendidikan Inklusi)*, 4.1 (2020), 1 <<https://doi.org/10.26740/inklusi.v4n1.p1-10>>.

terapis menjadi terbatas sehingga materi yang disampaikan pada anak sulit untuk diproses dengan mudah. Juga orang tua yang tidak siap dalam mendampingi anaknya belajar. Hasilnya apabila hal itu diabaikan akan mengganggu perkembangan anak.

Perkembangan anak berlangsung secara berkelanjutan dan secara terus menerus melewati beberapa fase pertumbuhan. Apabila suatu tahap perkembangan mencapai keberhasilan maka akan sangat menentukan bagaimana keberhasilan pada tahap perkembangan selanjutnya. Beragam macam permasalahan akan ditemukan pada proses perkembangan anak belum lagi dengan gangguan yang mengakibatkan pada kurang optimalnya dalam mencapai perkembangannya.

Anak yang mempunyai permasalahan atau hambatan yang sifatnya hanya sementara (*temporer*) bisa diatasi melalui proses bimbingan. Akan tetapi jika dijumpai sifat permanen pada permasalahan yang dialami dan mempunyai resiko berat, maka dibutuhkan solusi atau intervensi khusus. Kategori anak tersebut yang dapat disebut dengan anak berkebutuhan khusus. Orang tua akan diarahkan untuk memberikan pendampingan yang lebih khusus. Setiap orang tua pun berbeda-beda tentang bagaimana pendampingan yang dilakukan. Tetapi tujuannya tetap sama yaitu, mereka tetap melakukan pola pendampingan dengan menuntun, mendampingi, dan membimbing serta evaluasi belajar anak.⁴⁷

⁴⁷ Minsih Minsih, Jatin Sri Nandang, and Wahyu Kurniawan, 'Problematika Pembelajaran Online Bagi Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal Basicedu*, 5.3 (2021), 1252–58
<<https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/876>>.

Dilaksanakannya pembelajaran secara jarak jauh (daring) ketika masa pandemic mendatangkan persoalan tersendiri baik guru, orang tua, dan yang paling utama bagi anak berkebutuhan khusus. Proses pembelajaran secara online sulit untuk dijalani oleh anak berkebutuhan khusus. Kondisi tersebut menurut pada pemaparan guru pendamping khusus (GPK) yang mengatakan bahwasanya akibat dari dilaksanakan pembelajaran secara online di era pandemic anak-anak berkebutuhan khusus mengalami kemunduran perkembangan kognitif, sosial, perilaku, dan emosinya.

Orang tua yang menjadi pendamping anak ketika pembelajaran secara jarak jauh (daring) dilaksanakan memiliki pemahaman yang kurang terkait mendampingi dalam proses belajar juga kurang adanya pengalaman mengajar anak. Sehingga pihak sekolah atau lembaga terkait anak berkebutuhan khusus mewajibkan ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus, orang tua anak harus membuat strategi pembelajaran yang baik seperti apa yang bisa diterapkan. Seperti pada penjelasan berikut mengenai strategi pembelajaran yang bisa dilaksanakan di rumah yaitu, pertama memanusiakan hubungan dengan cara membangun relasi positif antara guru, siswa, dan orang tua. Kedua, mendalami konsep dengan guru memandu belajar melalui penjelasan tujuan dan proses pembelajaran pada orang tua. Ketiga, membangun keberlanjutan dengan melakukan refleksi bersama orang tua.

Pada masa pandemic covid-19 jaringan internet sangat dibutuhkan untuk pelaksanaan pembelajaran jarak jauh. Saat proses pembelajaran jarak jauh, jaringan internet digunakan sebagai sesuatu yang wajib pada proses

pembelajaran daring. Pembelajaran online merupakan pembelajaran dimana pengajar dengan yang diajar tidak bertemu langsung secara tatap muka.

Selain mematuhi keputusan pemerintah terkait penyelenggaraan proses pembelajaran jarak jauh (daring), hal tersebut merupakan pilihan yang sesuai dengan keadaan yang terjadi. Apabila tetap memaksakan kehendak untuk tetap melaksanakan pembelajaran secara langsung, maka kesehatan para peserta didik anak berkebutuhan khusus akan rentan. Diadakannya kegiatan pembelajaran jarak jauh, anak berkebutuhan khusus tetap memperoleh pembelajaran dan kesehatannya terjaga di bawah dampingan orang tua.

Dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh ini, anak didik memang memerlukan adaptasi tetapi tetap wajib untuk menjalani program belajar atau proses program yang telah dijalani sebelumnya. Memang hal tersebut cukup menyulitkan, akan tetapi dengan bantuan dampingan dari pembimbing serta orang tua kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Bagi anak berkebutuhan khusus selain melaksanakan pembelajaran dengan materi yang telah dimodifikasi, anak juga menjalani program kemandirian atau program pembelajaran individu (PPI).

Pelaksanaan program pembelajaran jarak jauh dilakukan dengan media online contohnya dengan memakai aplikasi tatap muka zoom, video call whatsapp, dan juga media offline yakni tontonan yang telah disediakan oleh kementerian pendidikan dan budaya. Tatap muka melalui aplikasi

dilaksanakan secara teratur sesuai jadwal, yang kegiatannya akan dilaksanakan dengan di damping orang tua anak masing-masing.⁴⁸

Berdasarkan pembelajaran jarak jauh (daring) yang telah dilaksanakan, tentunya terdapat hambatan terutama bagi sekolah atau lembaga yang terkait mengenai anak berkebutuhan khusus⁴⁹. Selain dikarenakan anak didik yang membutuhkan perhatian lebih ada juga faktor lainnya mempengaruhi proses pembelajaran jarak jauh (daring). Di antaranya faktor tersebut adalah:

- a. Faktor sekolah, kesiapan pihak sekolah terutama guru pendamping khusus dalam melaksanakan pembelajaran daring.
- b. Faktor orang tua, masih dijumpai orang tua yang kurang menguasai teknologi maupun kesibukan orang tua, sehingga sulit ketika mendampingi anak ketika proses pembelajaran berlangsung.
- c. Faktor lingkungan, dapat dianggap hal yang monoton ketika pembelajaran daring sehingga anak didik merasa bosan, sebab kurangnya interaksi secara langsung dengan teman. Hal tersebut pula dapat menghambat pembelajaran akibat anak didik lebih mudah terdistraksi.

Berdasarkan dari ketiga penyebab permasalahan tersebut bisa disimpulkan apabila persoalan pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus dikala pandemic ini sangat rumit. Tingkat kesulitan yang masing-masing

⁴⁸ Dewi.

⁴⁹ Minsih, Nandang, and Kurniawan.

berbeda-beda antara komponen satu dan lainnya. Dari beberapa faktor permasalahan bisa disimpulkan menjadi beberapa point penjabaran.

Pertama, ketidaksiapan guru kelas dan guru pendamping khusus dalam memenuhi kebutuhan ABK sebab pelaksanaan pembelajaran secara online menghambat bagaimana pengkondisian penanganan belajar anak berkebutuhan khusus. Penjalinan komunikasi bersama anak berkebutuhan khusus juga terhambat karena secara tidak langsung tidak dapat berkomunikasi.

Kedua, aktifitas belajar anak di sekolah yang berhenti turut menghentikan hubungan sosial anak dengan teman sebayanya dan membuat anak menjadi berkurang interaksi dengan lingkungan sekolah. Hal tersebut berakibat pada perkembangan sosial dan emosi anak.

Ketiga, ketidakmampuan orang tua untuk menggantikan posisi sebagai guru pendamping di rumah. Hal tersebut dikarenakan faktor seperti orang tua yang tidak berpengalaman atau kurang melek akan informasi maupun orang tua sibuk sehingga tidak dapat mendampingi proses kegiatan pembelajaran.

Dari point penjelasan diatas mengenai pembelajaran daring bagi anak berkebutuhan khusus di era pandemic tentunya harus menjadi catatan bagi pihak sekolah/lembaga untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran. Pembelajaran daring selain terbatas akibat orang tua dan murid sekolah yang kurang paham teknologi ataupun sibuk sama halnya dengan pengajar yang kesulitan dalam mengontrol siswa secara daring.

BAB III

GAMBARAN UMUM

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo merupakan salah satu lembaga yang diatur dan dibentuk oleh pemerintah. Lembaga tersebut bergerak dalam bidang pendidikan luar biasa yang menangani anak berkebutuhan khusus. Semula pada awal didirikannya pada tahun 2012 lembaga tersebut dinamakan Unit Pelaksana Teknis Daerah (UPTD Anak Tuna Rungu, Tuna Wicara, dan Autis (Paturtuwa)) dan Autis Center. Dengan didirikannya lembaga bagi anak berkebutuhan khusus yaitu bertujuan untuk memberikan pelayanan yang baik dan memadai teruntuk anak berkebutuhan khusus (ABK). Di dukung pula oleh Tim Penggerak-PKK Kabupaten Sidoarjo yang mensosialisasikan mengenai metode pendeteksian dan intervensi dini terhadap anak tuna rungu, tuna wicara, dan autis¹.

Saat ini terdapat dua lokasi UPTD Anak Berkebutuhan Khusus di Sidoarjo. Untuk melakukan pendeteksian dengan tes IQ dan tes asesmen serta konsultasi dilakukan di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo yang berlokasi di Jl. Pahlawan No.8, RW. 6, Sidokumpul, Kec. Sidoarjo, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur 61212. Sedangkan untuk UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo yang berlokasi di Jl. Pahlawan, Gang IV, Mangersari, Magersari, Kec. Sidoarjo, Kabupaten

¹ Edy. M Yakub, 'Sidoarjo Dirikan UPTD "Paturtuwa" Dan "Autis Center" - ANTARA News Jawa Timur', *Antara Jatim*, 2014, p. 1
<<https://jatim.antaranews.com/berita/132983/sidoarjo-dirikan-uptd-paturtuwa-dan-autis-center>> [accessed 8 July 2022].

Sidoarjo, Jawa Timur 61271 digunakan sebagai pusat penanganan autis, yaitu kegiatan terapi yang akan dijalani oleh anak yang sebelumnya telah dideteksi berkebutuhan khusus. Jam operasional buka adalah pukul 08.00 sampai 16.00. Pada Pandemi, proses pembelajaran yang sebelumnya terdapat 3 sesi kini menjadi 2 sesi, pukul 08.30-09.45 dan pukul 11.00-12.30.

Berikut merupakan susunan pegawai di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo.

NO	JABATAN	JUMLAH
1	Kepala UPTD	1
2	Kasubag	1
3	Tenaga Sosial	2
4	Psikologi Klinis	3
5	Fisioterapis	3
6	Speedterapi	2
7	Terapis	16
8	Tenaga Kebersihan	6
9	Tenaga Keamanan	5
10	Tenaga Administrasi	4
TOTAL		43

Terdapat total keseluruhan pegawai adalah 43 orang. Terdiri dari kepala (1 orang), kasubag (1 orang), tenaga sosial (2 orang), psikolog klinis (3 orang), fisioterapis (3 orang), speedterapi (2 orang), terapis (16 orang), tenaga kebersihan (6 orang), tenaga keamanan (5 orang), tenaga administrasi (4 orang). Pada terapis sendiri terdapat beragam background pendidikan tetapi tidak jauh dari kesesuaian pekerjaan. Untuk terapis sendiri menangani dari anak autis dan intelektual disorder, tunawicara, dan tunarungu. Rata-rata pada terapis sendiri lulusan psikolog maupun pendidikan guru serta plb (pendidikan luar biasa).

Adapun visi, misi, dan tujuan UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo², yaitu:

VISI :

- a. Terwujudnya Unit Pelayanan Anak Berkebutuhan Khusus yang mengedepankan rasa humanis dan professional.

MISI :

- a. Memberikan pelayanan deteksi dini pendengaran dan autisme.
- b. Melaksanakan pelayanan intervensi dini secara humanis pada anak berkebutuhan khusus yang berkesinambungan.
- c. Meningkatkan kualitas dan mengembangkan sumber daya manusia berorientasi pada pelayanan.
- d. Menyelenggarakan pelayanan yang berfungsi sebagai tempat penelitian.
- e. Memberikan layanan edukasi, konsultasi, dan pendampingan bagi orang tua, sekolah, dan masyarakat.
- f. Menjalinkan komunikasi dan kerjasama dengan pihak-pihak terkait tentang layanan deteksi dan intervensi dini baik dari dalam negeri maupun luar negeri.

TUJUAN :

² UPT Anak Berkebutuhan Khusus, 'Visi, Misi Dan Tujuan UPT Anak Berkebutuhan Khusus Kab. Sidoarjo ~ UPT ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS KABUPATEN SIDOARJO' <<http://uptabksidoarjo.blogspot.com/2017/02/sarpras.html>> [accessed 8 July 2022].

- a. Meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan screening pendengaran sedini mungkin.
- b. Meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan screening awal autisme.
- c. Meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan screening ABK lainnya.
- d. Menjadikan anak bisa lebih mandiri dan mudah bersosialisasi.
- e. Menjadi mitra dengan instansi lain.

MOTTO :

- a. Melayani dengan humanis dan profesional.

Berikut merupakan daftar ruangan yang terdapat dalam UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo.

No	Ruangan	Jumlah
1	Ruangan pegawai	2
2	Kantor kepala	1
3	Ruang tunggu orang tua	1
TOTAL		4
Ruangan terapi		
1	Ruang kelompok atas	3
2	Ruang snozelen	1
3	Kelas transisi	2
4	Bermain besar	1
5	Kelompok besar	1
6	Ruang motoric	1
7	Ruang bkpbi	1
8	Kelompok kecil	1
9	Ruang kelompok kecil	1
10	Bermain kecil	1
11	Ruang individu	8
12	Ruang fisioterapi	1
13	Ruang terapi wicara	1
TOTAL		23

B. Anak Berkebutuhan Khusus di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo

Ada beberapa macam klasifikasi anak berkebutuhan khusus disana, tidak dibatasi oleh beberapa klasifikasi saja. Target pada UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo tidak dibatasi usia dan tergolong sebagai anak berkebutuhan khusus. Sejauh ini di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo terdapat anak tuna rungu, tuna wicara, tunadaksa, autis.

Tidak ada batasan usia bagi pendaftar di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo. Saat ini usia paling muda yang menjalani kegiatan terapi disana yakni 22 bulan dengan kegiatan terapi didampingi orang tua. Sedangkan usia maksimal yaitu 17 tahun.

Pada prosesnya alur pelayanan bagi calon murid yaitu melakukan pendaftaran terlebih dahulu. Setelah itu akan dilakukan proses identifikasi dan asesmen. Apabila hasil yang didapatkan anak dinyatakan memiliki kebutuhan khusus dapat dilakukan intervensi terpadu dan pendidikan transisi serta apakah hanya diperlukan proses pendampingan saja. Alur pelayanan terapi bagi anak berkebutuhan khusus membutuhkan waktu sekitar 1 bulan dan proses penerimaan calon murid membutuhkan waktu yang lama sebab terdapat antrian ketika masuk pada UPTD Anak Berkebutuhan Khusus.

Setelah anak diterima masuk di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo mereka akan dikelompokkan sesuai dengan kondisi maupun usia anak. Pengelompokkan tersebut bertujuan untuk

penanganan anak berkebutuhan khusus yang sesuai sehingga kegiatan terapi yang dijalani dapat terfokus pada sesuai kelompok masing-masing. Dibedakan ke dalam ruangan berbeda yang sesuai dengan pengelompokan anak berkebutuhan khusus.

Seperti pada ruangan terapi kelompok atas yang berbeda dengan ruangan kelompok kecil. Pada ruangan kelompok atas diperuntukkan anak dengan level 3-transisi. Terdapat 4 area terapi yaitu area komunikasi sosial, area tugas mandiri, area keterampilan, area bermain disertai pemberian tugas mandiri. Terapis akan mendampingi tiap area terapi dengan pemberian sesi pembelajaran. Berbeda dengan ruangan kelompok kecil yang di khususkan untuk anak-anak level 1-2 dengan perbedaan tidak ada tugas mandiri yang menjadikan ruang terapi hanya terdapat 3 area.

Pada kelas transisi khusus untuk anak transisi. Kelas tersebut akan di setting seperti halnya pada ruangan kelas pada sekolah umum. Bagi anak tunarungu terdapat 2 penempatan ruangan. Pertama ruang bkpb untuk melatih vokasional dan ruangan yang terdiri dari 3-4 anak (ruang kelompok) dan fasilitas dalam ruangan yang lengkap seperti terdapat 2 area, area persepsi bunyi dan area gerak dan lagu. Kedua adalah ruang individu (tunarungu), seperti halnya pada ruangan bkpb untuk melatih vokasional namun hanya terdiri dari 1 anak dan batas ruangan yang hanya ada 1 area untuk melatih gerak bibir anak di depan kaca pada ruangan.

Ruang bermain sama saja seperti ruang kelompok atas dan kecil. Fungsi dari ruang bermain yaitu untuk mengenalkan berbagai tipe permainan

kepada anak. Anak-anak nantinya akan bermain sesuai dengan tipe permainan. Terdapat 3 area bermain, yaitu tipe permainan berbeda, tipe sebab akibat, sensorik dan sandiwara.

Anak tunadaksa ditempatkan pada ruang motoric. Ruangan seperti area bermain dengan terdiri atas trampoline, ayunan, dan area mandi bola. Fungsi ruang mototik untuk membantu pengembangan motoric anak. Sedangkan pada ruang snozelen berfungsi untuk yang membutuhkan sensori. Dapat juga untuk meregulasi anak yang sedang tantrum (okupasi terapi) dengan ruangan yang dilapisi lantai empuk, sofa duduk, layar lcd dan alat lain yang sesuai dengan kebutuhan sensori.

Ruangan individu difungsikan untuk tugas mandiri anak. Dalam artian untuk mengembangkan minat, kesukaan anak. Selain itu juga, anak dapat fokus dalam penyelesaian tugas yang diberikan dan pemberian reward apabila berhasil menyelesaikan tugas.

Anak usia remaja akan ditempatkan di ruang bina diri. Fungsi ruang bina diri yaitu untuk membantu anak menjadi lebih mandiri dan pandai bersosialisasi dengan lingkungan. Pada ruangan akan dibentuk seperti rumah yang terdaat beberapa ruangan berbeda. Terdiri dari 5 area yaitu area komunikasi, area keterampilan, area laundry (mencuci, setrika, dan melipat), area iws (tugas mandiri), area bina diri (di dalam kamar seperti merapikan tempat tidur, merapihkan meja, merias diri dan dapur seperti memasak).

Pada pelaksanaannya, masing-masing anak akan memiliki pendamping 1 terapis, sehingga baik anak maupun terapis mampu secara maksimal berinteraksi bersama. Prosesnya meliputi sebagai berikut :

1. Anak menunggu di ruang tunggu sampai terapis datang menjemput lalu menuju ruang terapi sesuai dengan level sang anak. Di perjalanan menuju ruangan terapis akan mengajarkan pada anak untuk berjalan dengan tenang tanpa lari serta diselingi pembicaraan mengenai harinya.
2. Menuju area berkumpul. Sebelum masuk ruangan, anak akan di tempatkan di area berkumpul bersama anak lain. Terapis akan mengajak anak untuk berdoa dan membantu menuntun anak dalam pengucapan. Setelah itu anak diminta untuk menyapa, pada terapis serta pada teman lain. Hal itu berguna agar anak mampu bersosialisasi dengan orang lain.
3. Memasuki masing-masing ruangan. Anak akan masuk ruangan yang berbeda dengan lainnya sesuai level. Untuk cara menilai level yakni dengan dsm pada setiap indikator dan kriteria tetap di dasarkan pada dsm. Tiap 6 bulan sekali diadakan penilaian, di observasi lalu ditarik ke program. Hal tersebut juga menentukan apakah anak akan naik kelas atau tetap berada di kelas yang sama. Tergantung bagaimana perkembangan anak.
4. Senam. Setelah sesi di ruangan berakhir, terapis akan mengantar anak keluar lalu sebelum berakhir melakukan senam. Dilakukan agar anak menggerakkan tubuh dengan baik, dan juga sebagai hiburan.

Setelah serangkaian seluruh proses penanganan, terapis akan berbicara dengan orang tua anak untuk memberitahu perkembangan anak. Selain itu juga terapis dapat memberikan masukan dan ajaran terhadap orang tua anak agar dapat melakukan penanganan yang sama di rumah dengan tujuan agar anak dapat berkembang dengan baik. Pada UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo, anak dikatakan telah lulus dengan kompetensi bahwa anak dapat mampu mengerjakan tugas mandiri dengan baik serta dapat melaksanakan kegiatan pada sesi terapis dengan baik yang tentunya dengan penilaian kembali.

C. Deskripsi Subjek Penelitian

Di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo terdapat 24 terapis. Di antaranya terdapat 3 psikologi klinis, 3 terapis fisioterapi, 2 orang speedterapi, dan terapis 16 orang termasuk terapis wicara, tunarungu, dan asd. Pada penelitian ini penulis mengambil 4 terapis sebagai subjek penelitian. 2 terapis ASD (autism spectrum disorder) perempuan, 1 terapis fisioterapis perempuan, dan 1 terapis wicara laki-laki. Berikut merupakan data 4 terapis yang dijadikan penulis sebagai subjek penelitian.

No	Nama Terapis	Pendidikan	Jabatan	TMT di UPTD	Alamat
1	Nama : EI TTL : Lamongan, 4 September 1992 Usia : 30 Jenis Kelamin : P	S1 Psikologi	Tenaga Terapis ASD dan intelektual disorder	03 April 2019	Dsn. Simpang RT. 06 RW. 02, Sidoarjo
2	Nama : FR TTL : Sidoarjo, 1 Maret 1993 Usia : 29 Jenis Kelamin : P	S1 Psikologi	Tenaga Terapis ASD	02 Oktober 2017	Ds. Wonoayu RT. 06 RW. 04, Wonoayu Sidoarjo

3	Nama : TA TTL : Sidoarjo, 29 Maret 1994 Usia : 28 Jenis Kelamin : P	D3 Fisioterapi	Tenaga Terapis Fisioterapi	04 Maret 2016	Ds. Gilang RT. 23 RW. 07 Taman, Sidoarjo
4	Nama : IM TTL : Sidoarjo, 21 Maret 1996 Usia : 26 Jenis Kelamin : L	D4 Promosi Kesehatan	Tenaga Terapis Tunawicara dan Tunarungu	05 Novemb er 2018	Bluru Kidul RT. 01 RW. 10, Sidoarjo

1. Terapis ASD (autism spectrum disorder) dan intelektual disorder

Merupakan salah satu terapis yang menangani anak ASD (autism spectrum disorder) dan intelektual disorder. Sebelumnya ia menjadi volunteer terapis di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo. Terapis telah menjalani masa kerja selama 3 tahun 3 bulan. Dalam satu hari, terapis mendampingi 4 anak pada tiap sesi. 2 anak pada sesi offline dan 2 anak pada sesi online. Bagi terapis sebagai tenaga terapis harus professional dalam bekerja agar anak mampu mengikuti kegiatan dengan baik. Dijelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus memiliki kepekaan yang tinggi, dimana ia akan merasa bahwa jika orang yang bersamanya merasa tidak senang maka ia akan menjadi lebih diam atau agresif.

Menurut penjelasan terapis, apabila menghadapi anak yang sedang rewel atau sulit untuk diatur akan dilihat terlebih dahulu rewelnya seperti apa dan apa penyebabnya. Dilihat juga pada tingkah laku anak apabila hal itu terjadi. Contohnya ketika anak ingin makan, tetapi tingkahnya manipulasi maka sebagai terapis harus bersikap tegas.

Cara lain ketika menghadapi anak yang sedang tantrum yaitu dengan memberikannya ruang untuk dirinya sendiri. Untuk membedakan tingkah anak yang benar sedang tantrum atau tidak dilihat dapat dilihat juga dari kontak mata yang berbeda. Jika anak tidak bisa dikendalikan hingga dapat membahayakan diri maka cara tersebut diterapkan oleh terapis, dengan menahannya untuk melakukan perbuatan berbahaya dan memberi ruangan sendiri.

2. Terapis ASD (autism spectrum disorder)

Merupakan salah satu terapis yang menangani anak ASD (autism spectrum disorder). Sebelum bekerja di UPTD terapis memiliki pengalaman magang di suatu perusahaan sebagai hrd. Lalu kemudian memilih bekerja di UPTD sebab ketertarikan akan bidang pendidikan luar biasa. Terapis telah menjalani masa kerja 5 tahun. Dalam satu hari dapat mendampingi 3 anak di setiap jam sesi. Pada sesi pertama mendampingi 1 anak dan sesi kedua mendampingi 2 anak.

Menurut penjelasan terapis, anak autis sering terganggu fokusnya. Setiap kegiatan terapi anak autis akan lebih mudah terdistraksi akan sesuatu sehingga dia tidak bisa mengikuti instruksi terapis dengan baik. Bahkan terkadang anak tidak segan untuk keluar dari ruangan ataupun benar-benar sudah tidak dapat diajak berbicara.

Cara penanganan untuk hal tersebut sebagai terapis yaitu dengan menarik kembali fokus anak menggunakan gambaran visual. Jadi terapis harus mengetahui apa yang membuat anak tertarik. Seperti

contoh anak tertarik dengan bernyanyi dan sedang sesi mengerjakan puzzle. Apabila dia tidak fokus maka terapis akan mengatakan jika puzzle telah selesai disusun akan ada kegiatan bernyanyi bersama. Jika hal tersebut tetap tidak bisa membuat anak kembali fokus, maka sembari menyusun puzzle dibantu dengan diselingi bernyanyi sehingga akan mempersingkat waktu.

3. Terapis fisioterapi

Merupakan salah satu terapis fisioterapi yang menangani anak tunadaksa maupun anak dengan gangguan motoric. Terapis telah menjalani masa kerja selama 6 tahun 8 bulan. Dalam satu hari dapat mendampingi 3-4 anak baik seso offline maupun online. Kegiatan yang dijalani antara offline dan online tidak jauh berbeda kecuali pada sesi online dimana anak wajib di damping untuk membantu proses terapi motoric.

Menurut penjelasan terapis, anak dengan gangguan motoric ataupun tunadaksa tidak selalu mengalami asd (autism spectrum disorder). Akan tetapi di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo, kebanyakan adalah disertai juga dengan asd (autism spectrum disorder). Proses terapi dijalani dengan bantuan alat, seperti roda penyangga, treadmill, area untuk berjalan tanpa bantuan alat, dan lain sebagainya.

Cara penanganan untuk hal tersebut sebagai terapis selain memberikan penanganan pada anak juga memberikan paham edukasi

terhadap orang tua. Sebab di era pandemic yang terdapat sesi terapi online mewajibkan anak didampingi orang tua harus paham cara yang benar untuk membantu proses kegiatan terapi. Karena terapis tidak dapat menyentuh anak secara langsung. Untuk proses pendekatan terhadap anak yang bersangkutan juga memerlukan waktu yang cukup lama sebab fisioterapi banyak membutuhkan kontak fisik, sehingga terapis harus membuat anak mampu mempercayai dirinya.

4. Terapis wicara

Merupakan salah satu terapis wicara menangani anak tunawicara untuk membantu anak dalam kelancaran berbicara. Selain itu juga menangani anak dengan gangguan pendengaran (tunarungu). Terapis telah menjalani masa kerja selama 4 tahun. Dalam satu hari dapat mendampingi 3 anak, baik sesi offline maupun online.

Menurut penjelasan terapis, ketika menangani anak tunawicara harus memahami apa yang dijelaskan oleh anak. Terkadang anak tidak mampu mengekspresikan dengan baik apa yang dirasakan atau apa yang ingin disampaikan. Sehingga jika orang yang tidak memahami akan kesulitan. Termasuk orang tua, terkadang ada dari beberapa orang tua yang memiliki anak dengan gangguan tersebut memiliki pemahaman yang kurang sehingga pada kegiatan terapi online selain menjelaskan pada anak juga menjelaskan kepada orang tua.

Cara penanganan untuk hal tersebut sebagai terapis anak akan diajarkan untuk vokalisasi dan melakukan gerak bibir yang jelas. Oleh

sebab itu, pada ruangan khusus bagi tunawicara maupun tunarungu terdapat kaca dengan fungsi supaya anak bisa melihat bagaimana gerak bibir, juga papan informasi berisikan gambar bagaimana cara berbicara menggunakan bahasa isyarat. Selain itu terdapat pula gambar visual tiap ruangan untuk mempermudah pemahaman anak.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Sabar Perspektif Terapis ABK

Sabar apabila dikaitkan dengan umat muslim merupakan sesuatu yang wajib diterapkan di dalam diri. Hal tersebut dilakukan agar manusia selalu bisa menahan suatu keinginan atau nafsu dalam diri dan sebagai pengingat bahwa segala sesuatu ataupun yang terjadi merupakan kehendak dari Allah Swt. Fungsi dari penerapan sabar bukan hanya sebagai menahan diri, tetapi lebih dari itu. Berdasarkan penjelasan al-Qur'an dan Hadist, sabar bisa bermakna kemampuan dalam hal pengendalian jiwa dan sebagai upaya untuk mengatasi kesulitan atau permasalahan¹.

Penelitian ini memfokuskan pada sabar dari sisi perspektif terapis anak berkebutuhan khusus, terutama ketika menghadapi anak berkebutuhan khusus. Mengingat terapis merupakan tenaga profesional yang dimana sabar merupakan keharusan ketika menjalani kegiatan terapi bersama anak berkebutuhan khusus, apakah terdapat perbedaan pandangan mengenai sabar yang dijalani oleh terapis. Setiap terapis dalam pengelihatannya memiliki pandangan yang cenderung berbeda dalam penerapan sabar dari sisi perspektif masing-masing. Hal inilah yang menjadi sebuah latar belakang peneliti menjadikan terapis anak berkebutuhan khusus sebagai objek penelitian.

¹ Sopyan Hadi, 'Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an', *Jurnal Madani*, 1.2 (2018), 473–88
<<http://www.jurnalmadani.org/index.php/madani/article/view/25%0Ahttp://jurnalmadani.org/index.php/madani/article/view/25>>.

Dengan menjalani dari pandangan sabar masing-masing terapis, dalam kegiatan terapi mampu dijalani terapis dengan baik. Jadi bukan hanya sekedar menjadi suatu hal yang harus diketahui, namun juga menjadi hal yang wajib dijalani. Hal tersebut tentunya sesuai dengan aspek tasawuf mengenai sabar yang dijelaskan oleh al-Ghazali dalam kitab *Ihya Ulum al-Din* yang memaknai sabar merupakan sebuah kedudukan dari kedudukan agama dan derajat dari orang-orang yang menempuh jalan menuju Allah Swt.

Apabila manusia mampu mengendalikan diri dari kemarahan hasilnya ialah kesabaran yang tulus dapat diperoleh. Sabar digunakan sebagai pengukuran suatu proses untuk membersihkan jiwa dengan cara meninggalkan perbuatan-perbuatan yang digerakkan oleh nafsu amarah. Hasil dari kesabaran akan mengarahkan orang untuk bisa terhindar dari perbuatan godaan nafsu dan menjadi alasan kebahagiaan, baik di dunia maupun di akhirat kelak.

Konsep sabar yang dijelaskan oleh al-Ghazali memberikan beberapa macam sabar yang di klasifikasikan menjadi 4 yakni 1) sabar yang memiliki hubungan dengan sandaran sabar (keadaan); 2) sabar yang didasarkan oleh kuat dan lemahnya; 3) sabar yang berlandaskan hukumnya; 4) sabar yang didasarkan oleh keadaan yang terjadi pada seseorang. Imam Al Ghazali mengungkapkan bahwasanya sifat inilah yang memberikan perbedaan antara manusia dengan binatang dalam persoalan mengalahkan nafsu syahwat yang tedapat dalam diri manusia.

Imam Al Ghazali memberikan nama “penggerak agama” untuk sifat sabar yang dapat memberi perbedaan antara manusia dengan binatang dalam mengalahkan nafsu syahwatnya, dan menamakan tuntutan nafsu syahwat dengan “penggerak hawa nafsu”. Lalu timbul lah perlawanan antara penggerak agama dengan penggerak hawa nafsu dan hati manusia menjadi arena pertarungan. Malaikat sebagai penolong penggerak agama, sedangkan setan yang menolong musuh-musuh Allah merupakan penolong penggerak nafsu syahwat².

Setiap terapis memiliki perbedaan pandangan tentang sabar yang dipahami, baik segi pemahaman dan penerapan. Pada terapis pertama menerangkan pandangannya mengenai sabar merupakan makna yang luas. Sabar memiliki perspektif luas dimana banyak pemaknaan mengenai sabar. Terapis pertama menerangkan bahwa pemahaman tentang sabar tidak jauh berbeda pada umumnya. Sabar tidak memiliki batasan, sebab ketika menghadapi anak berkebutuhan khusus perlu tenaga ekstra, pikiran ekstra, badan ekstra, dan segala macam yang ekstra. Jadi tingkat kesabaran menghadapi anak berkebutuhan khusus dengan orang-orang pada umumnya itu berbeda. Maka definisi kesabaran yaitu sabar tidak ada batasnya.

Hasil kesabaran yang didapat pun dapat berguna bagi diri sendiri. Karena bekerja sebagai terapis dituntut untuk selalu bersabar maka sebagai terapis harus total 100% bersabar. Jadi hasilnya bagi diri sendiri selain

² Misbachul Munir, ‘Konsep Sabar Menurut Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya Ulum Al-Din’, *Spiritualis*, 5.2 (2019), 113–33.

menghadapi anak berkebutuhan khusus, dalam keseharian yang sebelumnya sabar yang dimiliki hanya 50% dapat mencapai 75%.

Terapis kedua menerangkan sabar dalam artian pengendalian emosi. Sabar adalah mampu menunggu proses sehingga tidak akan memiliki pikiran buruk (berharap pada ekspektasi) dan mengikuti proses. Apa yang dikerjakan pasti ada muaranya. Jadi apabila menginginkan hasil yang bagus maka harus sabar dalam melatih prosesnya, enak ataupun tidak, baik susah maupun mudah harus dilewati sesuai dengan prosesnya.

Akan tetapi jika sabar dalam artian seperti ketika harus dikejar oleh sesuatu yang diburu oleh waktu maka harus segera dilakukan. Hal tersebut dikarenakan terdapat beberapa pertimbangan, yaitu sebab situasi yang mengharuskan seseorang untuk cepat dan tidak menunggu.

Pada terapis ketiga, pemahaman mengenai sabar yaitu melatih diri untuk mengontrol emosi. Ketika dihadapkan situasi dengan anak berkebutuhan khusus dan kehidupan sehari-hari adalah suatu hal yang jauh berbeda. Apabila di kehidupan sehari-hari mampu bersabar tetapi belum tentu dapat bersabar pula ketika menghadapi anak berkebutuhan khusus. Sehingga, dengan hal tersebut dapat membantu untuk melatih diri dan dapat secara baik mengontrol emosi serta mampu dengan baik menerapkan kesabaran dalam kehidupan sehari-hari maupun ketika sedang bekerja.

Terkadang dalam beberapa kasus pun terlewat untuk selalu bersabar dalam segala situasi. Hal tersebut yang dapat dijadikan pembelajaran bahwa untuk berikut dan seterusnya harus bersabar dan mampu mengontrol emosi.

Anak berkebutuhan khusus lebih peka dan sadar akan emosi seseorang yang sedang bersamanya, sehingga terapis harus mampu menahan dengan baik emosi yang akan mempengaruhi suasana hati anak berkebutuhan khusus.

Sedangkan terapis keempat menerangkan bahwasanya sabar adalah suatu cara dalam meregulasi emosi serta sesuatu yang wajib diterapkan. Mengatur emosi dapat membantu seseorang agar selalu berfikir positif dan membuat hati menjadi tenang. Maka hal tersebut dapat membantu seseorang dalam kehidupan sehari-hari maupun ketika bekerja. Sebab ketika dihadapkan oleh anak berkebutuhan khusus sebagai terapis harus bersikap profesional dalam bekerja, sehingga mampu memilah apa yang baik dilakukan tanpa mencampur sesuatu diluar pekerjaan.

Hal tersebut memang sulit untuk dijalani dibandingkan dengan penjelasan secara makna. Meskipun begitu, dengan pemahaman sabar yang baik akan menghasilkan penerapan sabar yang baik pula, baik bagi diri maupun disekitar. Maka sabar juga dapat membuat seseorang mampu menyadari bahwa dengan perbuatan kita yang mampu meregulasi emosi dengan baik akan membawa efek baik untuk sekitar pula.

Dari pemaparan pemahaman mengenai sabar yang dijelaskan menurut perspektif terapis anak berkebutuhan khusus tersebut mendapat suatu hasil yang sama, yaitu sabar merupakan sesuatu yang dapat mengendalikan jiwa. Sabar adalah salah satu amalan yang wajib ditanamkan dalam diri. Ketika tidak bisa bersabar dalam segala sesuatu dapat menimbulkan suatu hal yang dapat merugikan diri sendiri. Asal dari kata sabar sendiri dapat bermakna

tabah hati, menahan atau mencegah, dimana sabar merupakan ibadah hati yang mampu mencegah manusia dari pengaruh nafsu yang dapat merugikan diri sendiri.

Sejalan dengan pengertian tersebut sabar dapat menahan jiwa dari sikap resah, mencegah lisan dari sikap berkeluh kesah, serta menghindarkan diri dari perbuatan yang dapat membahayakan diri sendiri. Sabar dapat menjadi dinding yang kokoh apabila tengah menghadapi ujian yang diberikan oleh Allah Swt, dimana manusia yang sabar tidak akan meratapi dan berkeluh kesah atas cobaan yang diterima, seberapa berat dan pahitnya. Akan tetapi dengan sabar tidak bermaksud menyerah dengan pasrah pada keadaan yang ada. Melainkan terus mengusahakan dengan keras untuk mengatasi segala hal yang menghalangi apa yang kita inginkan.

B. Sabar Perspektif Tasawuf dan Psikologi

Dalam kamus bahasa Indonesia, sabar mempunyai 3 definisi, yaitu yang pertama menghadapi cobaan misalnya tidak mudah marah, pantang menyerah, dan tidak mudah patah hati. Pada hal tersebut, definisi sabar bisa juga dimaknai sebagai tabah. Kedua, sabar dapat juga diartikan dengan teguh pada pendirian yaitu biasanya dilihat dengan kehati-hatian ketika berbuat sesuatu, memiliki ketahanan uji dalam setia untuk selalu menjalani perintah-perintah Allah, dan mampu menahan diri dari godaan dan cobaan duniawi.

Ketiga, sabar dapat didefinisikan dengan tenang, tidak cepat-cepat dan tidak terburu-buru. Maksudnya, dapat dimaknakan sebagai tekun.³

Pada dasarnya, sabar menurut tasawuf dan psikologi memiliki tujuan yang sama yaitu sifat sabar yang berguna akan menghasilkan pengendalian emosi yang baik dan terhindar dari perilaku tercela. Sabar dapat menjadi dinding yang kokoh apabila tengah menghadapi ujian yang diberikan oleh Allah Swt, dimana manusia yang sabar tidak akan meratapi dan berkeluh kesah atas cobaan yang diterima, seberapa berat dan pahitnya. Akan tetapi dengan sabar tidak bermaksud menyerah dengan pasrah pada keadaan yang ada. Melainkan terus mengusahakan dengan keras untuk mengatasi segala hal yang menghalangi apa yang kita inginkan.⁴

Kedua perspektif dari tasawuf dan psikologi juga menjadikan sabar sebagai hal yang digunakan dalam mendekatkan diri kepada Tuhan. Sebagaimana dalam kajian utama tasawuf, sabar adalah salah satu akhlak mulia yang diutamakan di dalam Islam. Dalam tasawuf, sabar dijadikan satu maqam setelah maqam faqir. Sebab persyaratan agar mampu berkonsentrasi ketika dzikir seseorang harus mencapai maqam faqir. Secara umum ketika kondisi kefaqiran akan ditimpa beragam musibah dan kesulitan, yang mengakibatkan merasakan maqam sabar.⁵

³ Aziza, Skripsi: *"Teori-Teori Sabar"* (Bandung: Universitas Islam Bandung, 2015), Hal. 39.

⁴ Yunus Hanis Syam, *Sabar dan Syukur Membuat Hidup Lebih Bahagia*, (Yogyakarta: Mutiara Media, 2009), hal. 20.

⁵ Abdul Hanafi, skripsi

Dalam perilaku tasawuf, terdapat tingkatan sabar (al-shabru) yang akan mendapat banyak halangan sehingga seorang sufi wajib berperilaku sabar. Sabar termasuk landasan kebahagiaan seorang hamba. Dengan penerapan kesabaran tersebut seorang hamba dapat terhindar dari kemaksiatan dan menjaga diri dari perbuatan yang tidak sesuai, serta menjadi tekun dalam beribadah hingga mampu menghadapi beragam cobaan.

Pada penelitian ini, konsep sabar dalam tasawuf meninjau dari pemikiran al-Ghazali yang mengungkapkan dalam kitab *Ihya Ulum al-Din*, Terdapat tiga tingkatan agama tersebut yang terdiri dari: 1) Ma'rifat (ilmu/pokok), 2) hal ihwal (keadaan), serta 3) amal (tindakan atau perbuatan). Yang artinya, ma'rifat bisa juga diibaratkan sebagai akar dan batang pohon, hal ihwal diibaratkan sebagai cabang pohon, sedangkan amal diibaratkan dengan buah dari pohon tersebut. Dari pemahaman tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwasanya sifat sabar adalah suatu usaha jiwa dalam menumpas suatu hal yang menghindarkan kita dari agama. Hasil perolehan kesabaran akan mengantarkan orang untuk dapat terhindar dari perbuatan godaan nafsu dan menjadi alasan kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.⁶

Terdapat beberapa jenis sabar yang di klasifikasikan oleh al-Ghazali, yakni 1) sabar yang memiliki hubungan dengan sandaran sabar (keadaan); 2) sabar yang didasarkan oleh kuat dan lemahnya; 3) sabar yang berlandaskan

⁶ Misbachul Munir, "Konsep Sabar Menurut Al-Ghazali dalam Kitab Ihya Ulum Al-Din", *Jurnal Spiritualis*, Vol. 5, No. 2, (September, 2019), hal. 124-125.

hukumnya; 4) sabar yang didasarkan oleh keadaan yang terjadi pada seseorang.⁷

Dalam konsep psikologi, sabar diteliti dalam kajian moralitas dan religious. Seperti halnya orang wajib sabar ketika ditimpa oleh ujian, seseorang juga diwajibkan untuk sabar dalam taat melaksanakan perintah agama dan menjauhi larangan agama. Konsep sabar juga dapat digolongkan menjadi salah satu topic penelitian yang terdapat pada psikologi positif, misalnya kebersyukuran (gratitude) dan pemaafan (forgiveness).⁸

Konsep psikologi kesabaran ini ialah keahlian untuk menekan emosi, pikiran, perkataan, serta perbuatan. Disamping itu, aturan dari kompetensi ini ialah secara aktif melakukan pengendalian sebagai respon awal dengan tujuan kebaikan agar taat pada aturan. Apabila aturan tersebut tidak dapat terpenuhi, maka hasil dari menahan yang diperlihatkan oleh seseorang tidak bisa dinilai sebagai kompetensi kesabaran.

Pengaruh yang cukup signifikan ditunjukkan juga oleh kompetensi kesabaran apabila seseorang tengah berupaya mengatasi konflik. Selain itu religiusitas seseorang dapat meningkatkan kemampuan suatu individu dalam menyelesaikan konflik interpersonal, akan tetapi bila seseorang tidak mempunyai kompetensi kesabaran yang cukup baik maka dapat terjadi penurunan pada kemampuan tersebut meskipun religiusitas yang dimiliki tetap tinggi. Hal itu menunjukkan bahwa pada umumnya religiusitas

⁷ *Ibid.*, 126.

⁸ Subandi, "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi". *Jurnal Psikologi*. Vol. 38 No. 2, 2011, hal. 215.

mempunyai dampak yang baik tetapi tidak mendapat hasil yang optimal apabila tidak dilengkapi dengan kompetensi yang berkaitan dengan situasi, salah satunya adalah kesabaran.⁹

Maka dari analisa mengenai sabar perspektif tasawuf dan psikologi, dapat disimpulkan bahwa keduanya memiliki tujuan yang sama dalam pemaknaan sabar yaitu sebagai hal pengendalian jiwa dan menghindarkan diri dari perbuatan tercela. Dari segi penerapan sabar pun terdapat hal yang serupa yakni dengan mendekati diri kepada Tuhan dapat membantu seseorang untuk bersabar. Akan tetapi jika dilihat dalam segi religious maka konsep sabar dalam tasawuf merupakan hal yang penting. Sabar digunakan sebagai pengukuran suatu proses untuk membersihkan jiwa dengan cara meninggalkan perbuatan-perbuatan yang digerakkan oleh nafsu amarah. Teruntuk orang-orang yang sedang menempuh perjalanan menuju Allah Swt, kesabaran merupakan sebuah prinsip hidup yang telah terwujud menjadi sikap mental sehingga segala cobaan yang menimpa diterima dengan penuh lapang dada.

C. Penerapan Sabar yang Efektif Untuk Mendampingi Anak Berkebutuhan Khusus

Pelaksanaan dalam penelitian ini penulis menggunakan jangka waktu satu bulan untuk melakukan kegiatan penelitian di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus PLA (Pusat Layanan Autis) Sidoarjo. Jumlah subjek penelitian yang digunakan untuk kegiatan penelitian ini sebanyak empat orang yang terdiri

⁹ Subhan El Hafiz, “*Psikologi Kesabaran*” (<https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/22-psikologi-kesabaran>), diakses pada tanggal 3 Februari 2022 pukul 10.23)

dari tiga orang terapis perempuan yang masing-masing berbeda dalam hal menangani anak berkebutuhan khusus. Satu terapis asd (autism spectrum disorder) dan intelektual disorder, satu terapis asd (autism spectrum disorder), dan satu terapis fisioterapis. Lalu satu orang terapis wicara laki-laki. Dalam pelaksanaannya terdapat perbedaan dari penerapan sabar yang dijalani ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus. Hal tersebut dapat dilihat dari kegiatan harian yang dijalani serta penerapan sabar yang berbeda termasuk pada tata cara pelaksanaan, dari mendampingi dengan sabar hingga menangani permasalahan yang terjadi ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus.

Peneliti sebelum menjalankan kegiatan penelitian perlu menyiapkan panduan wawancara dan panduan observasi yang diperlukan sebagai data penelitian. Dalam pelaksanaannya terdapat lima komponen sabar yang hendak diteliti oleh penulis yaitu 1) mampu mengendalikan diri; 2) mampu menjalankan tugas sesuai peran sebagai terapis; 3) memiliki semangat untuk menciptakan solusi; 4) mensyukuri apa saja yang terjadi; 5) mampu memaafkan. Hal tersebut dilakukan agar seluruh kegiatan penelitian ketika mengumpulkan data tersusun secara baik.

Pada penelitian yang berlangsung selama kurun waktu satu bulan menghasilkan data yang berisikan wawancara dan observasi mengenai komponen sabar yang diteliti berdasar masing-masing perspektif terapis. Dalam penerapan sabar yang efektif untuk mendampingi anak berkebutuhan khusus, pada terapis pertama melihat bagaimana kondisi anak. Apabila anak sedang dalam suasana hati yang tidak baik hingga menjadi benar-benar

tantrum maka penerapan sabar yang efektif yakni dengan bersikap tenang dan memberi ruang sendiri bagi anak. Jika anak sudah tenang maka terapis dapat menangani.

Terkadang bisa lepas kontrol yaitu dengan nada ketegasan. Ada beberapa anak yang peka atau tau dimana nada itu merupakan perintah untuk berhenti atau diam. Lalu selalu mengingat bahwa yang dihadapi adalah anak berkebutuhan khusus yang membutuhkan kesabaran ekstra. Sehingga lebih mudah mengontrol kembali emosi.

Selain dengan bersikap tenang, pengendalian diri juga diperlukan ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus. Seperti halnya ketika anak sedang tantrum. Tantrum sendiri terdapat dua macam yaitu tantrum dan meltdown. Apabila tantrum anak bisa dibujuk ataupun dirayu dan masih bisa untuk kooperatif. Sedangkan untuk anak yang sedang meltdown membutuhkan waktu bagi dirinya sendiri untuk meluapkan amarah. Terapis akan mengawasi dengan memberi jangka waktu 15-30 menit, sebab apabila terapis menahan anak untuk meluapkan amarahnya maka anak akan semakin mengamuk.

Untuk mengendalikan diri ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus yaitu kembali lagi pada bahwa yang dihadapi adalah anak berkebutuhan khusus yang memerlukan perlakuan khusus. Karena pada dasarnya untuk selalu tetap bersabar dibutuhkan waktu yang lama. Bisa saja ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus dapat bersabar tetapi di rumah tidak bisa bersabar. Maka dari itu kembali pada pemahaman bahwa hal

yang dijalani adalah mendampingi anak berkebutuhan khusus sehingga dibutuhkan pula kesabaran.

Bersikap dengan tenang juga merupakan salah satu penerapan sabar yang efektif ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus. Dengan melihat terlebih dahulu tipe anak. Misalnya anak diam terapis juga bisa ikut tenang, sehingga bersikap tenang tergantung pada kondisi anak. Sebab dalam hal ini terapis yang harus mengikuti bagaimana kondisi anak bukan anak yang mengikuti. Tenang atau tidaknya tergantung kondisi anak, bersikap tenang juga dibutuhkan agar anak merasa nyaman.

Hal selanjutnya yang dapat secara efektif diterapkan yaitu dengan mengendalikan ekspresi emosi agar proses terapi dapat berjalan dengan lancar. Sebab anak yang sudah dekat atau memiliki ikatan dengan terapis dapat dengan mudah merasakan apa yang dirasakan oleh terapis. Seperti contoh ketika terapis berbicara pada anak dengan nada yang tegas maka anak akan merasa dan mengatakan untuk jangan marah padahal nada yang digunakan tegas bukan nada marah. Apabila dilihat dari konteks ikatan batin, ada beberapa anak saja yang merasa. Jika terapis dalam kondisi suasana hati sedih, anak bisa tiba-tiba memeluk atau bisa juga anak ikut terbawa suasana kondisi yang diciptakan terapis.

Pada terapi kedua pengendalian emosi merupakan hal yang sangat berpengaruh dalam penerapan sabar yang efektif ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus. Karena anak bisa merasakan, seperti saat terapis mengantuk lalu merasa harus diburu dan dipaksa maka anak akan merasa

untuk ingin segera pulang padahal sebelumnya tidak ingin keluar ruangan dan pulang. Jadi anak tahu dan bisa merasakan serta anak tidak mau berada dalam situasi tersebut.

Terapis kedua merasakan bahwa dirinya merupakan seorang yang cukup sabar. Dalam hal pengendalian emosi ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus terapis merasa cukup baik untuk mengikuti walaupun ketika terdapat situasi yang tidak baik. Terapis selalu berusaha mengendalikan emosi agar anak tidak merasa takut dan menjadi lebih rileks atau santai sehingga mudah untuk diajak berbicara.

Seperti halnya pemaparan dari terapis pertama, terapis kedua juga mengungkapkan hal yang sama mengenai pengendalian diri yang efektif ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus yaitu selalu mengingat bahwa anak-anak yang ditangani merupakan anak yang spesial. Ciri dan karakter anak juga berbeda, ada yang membuat terapis merasa 'kok begini' padahal terapis ingin anak mengikuti sesuai instruksi. Jelas harus mengingat bahwa anak berkebutuhan khusus nya anak autis juga memerlukan proses dalam memahami. Dari hal-hal tersebut menyadarkan bahwa anak-anak itu berbeda, sehingga harus mengingat kalau dia bukan kita dan mempunyai caranya sendiri untuk belajar. Oleh sebab itu sebagai terapis yang harus mengikuti cara belajar anak.

Apabila terjadi kondisi tidak kondusif, di rumah sudah tidak enak hati seperti terdapat schedule yang terlewat lalu menimbulkan trigger dan muncul perilaku seperti meracau. Misalnya dia selalu diberikan es krim tiap pagi

tetapi pagi itu tidak diberikan es krim akhirnya dia akan terus meracau es krim. Pada situasi tersebut bersikap tenang merupakan hal yang cukup efektif.

Bisa juga ketika sedang meltdown, terapis akan menjauhi anak dan memberi ruang. Setelah emosi anak cukup reda akan dihampiri dan diberikan kata penenang. Sebab pada masa tertinggi kemarahan, anak akan susah untuk merespon dengan cepat. Maka terapis harus sabar dan kembali mengingat bahwa anak tersebut tidak seperti kita.

Terapis kedua juga mengungkapkan bahwa ada kalanya orang juga memiliki hari-hari lainnya. terkadang apabila dirasa terdapat energy negatif datang maka dengan cepat merefleksikan diri. Apabila tidak baik terhadap diri sendiri maka anak juga akan merasa. Sehingga sebagai terapis belajar untuk selalu tersenyum, ketika memasuki ruang terapi harus bersikap profesional dan mengikuti bagaimana suasana hati anak berkebutuhan khusus.

Pada terapis ketiga dan keempat memiliki pandangan yang sama mengenai meregulasi diri sendiri dalam penerapan sabar efektif ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus. Meregulasi diri sendiri dengan regulasi emosi, regulasi sabar sebab menangani anak berkebutuhan khusus harus lebih ke perasaan. Apabila sudah terbiasa maka ketika menjalani pun biasa saja dan mampu mengontrol dengan baik.

Terapis ketiga mengungkapkan bahwa karena kebiasaan bertemu tersebut membuat perasaan yang dijalani terasa lebih ringan. Ada beberapa kali pikiran tidak ingin mendampingi anak yang membuat emosi, jadi

sebelum bertemu harus regulasi emosi atau menenangkan diri. Kembali pada profesi yang dijalani setiap hari, tanggung jawab yang diemban membuat diri menjadi terbiasa akan situasi yang dapat menimbulkan emosi.

Ketika mengkondisikan anak yang di dampingi sedang tantrum, terapis keempat memilih untuk bersikap tenang dengan memikirkan solusi penanganannya. Misalnya anak tersebut ingin bermain puzzle akan tetapi puzzle nya sedang digunakan oleh anak lain, maka terapis harus menenangkan anak tersebut dan memberikan pengertian. Kalau bisa dialihkan ke hal lain maka bisa dibujuk dengan permainan lain. Namun jika anak tersebut tetap ingin dituruti maka terapis mau tidak mau memberikan solusi dengan berbagi bersama anak lainnya.

Sedangkan terapis ketiga penanganannya dengan mencari tahu apa penyebab anak menjadi tantrum. Apakah hal tersebut terjadi ketika berada di rumah atau karena orang tua nya maupun teman di lingkungan sekitarnya. Sebagai terapis juga tidak boleh terbawa emosi dan harus menenangkan diri terlebih dahulu.

Terutama di era pandemic ini yang pembelajaran dilakukan secara online. Tiga dari empat terapis mengungkapkan bahwa melakukan kegiatan terapi secara online memang lebih susah dilakukan. Untuk terapis tiga mengaku lebih sulit sebab terapis tiga memang merupakan terapis fisioterapis yang membutuhkan untuk memegang anak secara langsung. Terapis tidak mengerti apabila tidak menyentuh anak secara langsung, bagaimana kondisi otot, tulang, dan sebagainya. Selain itu juga tidak bisa mengontrol pergerakan

anak dan apa saja yang harus dilakukan. Fisioterapi membutuhkan banyak koordinasi orang tua untuk pendampingan fisik. Oleh sebab itu, penerapan sabar yang efektif dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus ketika sesi online yakni dengan hubungan kerjasama yang baik bersama orang tua anak. Tanpa adanya kerjasama orang tua dalam pelaksanaan fisioterapi memang sulit terlaksana karena anak butuh bantuan dalam melakukan gerakan.

Terapis keempat mengungkapkan bahwa sesi online tidak enak dijalankan sebab tidak bisa bertemu secara langsung. Karena bisa jadi program yang terapis ajarkan kepada anak tidak berjalan secara maksimal, sebab anak tidak bisa selalu fokus. Hal lainnya yaitu kurang efisien dan sulit untuk diajak bekerja sama. Sebab sering terdistraksi dengan ponsel ataupun hal lain disekitarnya. Kembali lagi pada regulasi emosi sebagai penerapan sabar yang efektif dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus ketika pandemic. Memikirkan solusi secara tepat dengan meninjau hambatan anak. Masing-masing anak memiliki hambatan yang berbeda. Contohnya pada autisme menggunakan gambar visual dan social story. Jika digunakan pada anak selain autisme bisa menggunakan social story. Adanya kolaborasi yang baik antara orang tua dan terapis dapat membantu berjalannya proses kegiatan terapi.

Pada terapis kedua menerangkan bahwa mengendalikan anak di posisi tidak bertemu secara langsung memang cukup sulit dan dibutuhkan kesabaran yang lebih ekstra lagi. Penerapan sabar yang efektif untuk mendampingi anak berkebutuhan khusus ketika pandemic berdasar terapis kedua yakni dengan bersikap tenang. Tetap mengikuti anaknya, terapis menyesuaikan kondisi

anak sebab anak tidak mudah menyesuaikan diri dengan kondisi perubahan. Di ruangan berbeda pun belum tentu anak bisa menyesuaikan apalagi dengan perubahan tidak bertemu secara langsung. Sehingga yang pertama adalah mengikuti anak tersebut lalu dibantu dengan gambar visual karena anak autis kekuatannya pada visual sebab mudah mengingat sesuatu. Kemudian terapis membuat social story dengan cerita keseharian anak beserta gambar.

Karenanya pada sesi online lebih kompleks, sebab tidak hanya menyusun materi bagi anak namun bagi orang tua juga. Hal tersebut selain challenging bagi anak, bagi orang tua pun juga. Karena beda orang beda persepsi. Seperti contoh beberapa orang tua tidak mengerti bahwa teknik dengan gambar visual jauh lebih efektif dalam mendampingi anak. Selain manajemen anak juga manajemen orang tua. Contoh ketika anak ingin makan cemilan ketika sedang berlangsung kegiatan terapi, terapis menghimbau orang tua untuk menyuruh anak menyelesaikan tugas terlebih dahulu baru diberi cemilan. Tapi diluar itu terapis tidak bisa mencapai jika anak berlarian otomatis yang mengontrol adalah orang tua.

Sedangkan terapis pertama memiliki perbedaan dari ketiga terapis lainnya. Terapis mengungkapkan bahwa mendampingi anak melalui sesi online dinilai jauh lebih mudah. Karena sesi online dibantu dengan orang tua sedangkan offline full bersama terapis. Akan tetapi untuk pelaksanaan terapi secara maksimal memang lebih baik offline sebab langsung ditangani bersama terapis.

Penerapan sabar yang efektif dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus ketika pandemic bagi terapis pertama yakni dengan pengendalian emosi. Karena seperti sebelumnya, pada sesi terapi online selain anak yang diberikan pemahaman orang tua juga diberi edukasi bagaimana mendampingi anak berkebutuhan khusus ketika sesi kegiatan terapi dimulai. Hal tersebut tergantung apakah orang tua nya kooperatif atau tidak, karena banyak juga orang tua yang belum bisa kooperatif untuk paham tentang kondisi anak. Tetapi terapis juga selalu berusaha untuk terus menerus memberi pemahaman pada orang tua.

Dalam pelaksanaannya memang terdapat beberapa komponen sabar yang telah sesuai. Akan tetapi terdapat pula di beberapa aspek yang diamati, beberapa terapis belum bisa memenuhi kriteria tersebut. Pada penelitian ini mengambil 5 komponen sabar dengan tiap masing aspek yang diamati¹⁰. Komponen sabar dan aspek yang diamati ditulis pada kolom berikut yang menyatakan setuju atau tidak setuju pada setiap aspek.

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

No	Komponen	Aspek yang diamati	Terapis 1		Terapis 2		Terapis 3		Terapis 4	
			S	TS	S	TS	S	TS	S	TS
1	Mampu mengendalikan diri	d. Bersikap tenang	✓		✓		✓		✓	
		e. Tidak mudah marah	✓		✓		✓		✓	
		f. Mengendalikan ekspresi emosi	✓		✓		✓		✓	

¹⁰ Subandi, "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi", Jurnal Psikologi, Vol. 38, No. 22, 2011, hal. 220.

2	Mampu menjalankan tugas sesuai peran sebagai terapis	e. Selalu bersemangat dikala menjalankan tugas	✓		✓		✓		✓	
		f. Tidak merasa terbebani dikala situasi sulit	✓		✓		✓		✓	
		g. Tabah dalam menghadapi kesulitan	✓		✓		✓		✓	
		h. Tidak mengeluh		✓	✓		✓			✓
3	Memiliki semangat untuk menciptakan solusi apabila terdapat kendala dalam tugas sebagai terapis	d. Memiliki usaha dalam mencari solusi	✓		✓		✓		✓	
		e. Tidak mudah putus asa	✓		✓		✓		✓	
		f. Lebih bijak dalam berfikir	✓		✓		✓		✓	
4	Mensyukuri apa saja yang terjadi	e. Perilaku menerima kenyataan	✓		✓		✓		✓	
		f. Ikhlas dalam menjalankan tugas	✓		✓		✓		✓	
		g. Bersyukur	✓		✓		✓		✓	
		h. Menyikapi situasi sulit dengan lapang dada	✓		✓		✓		✓	
5	Mampu memaafkan	e. Sikap memaafkan	✓		✓		✓		✓	
		f. Menyikapi dengan positif	✓		✓		✓		✓	
		g. Memahami orang lain	✓		✓		✓		✓	
		h. Empati	✓		✓		✓		✓	

Pada komponen sabar mengendalikan diri, keempat terapis memenuhi kriteria dari aspek yang diamati, yaitu bersikap tenang, tidak mudah marah, dan mengendalikan ekspresi emosi. Sedangkan pada komponen kedua yaitu

mampu menjalankan tugas sesuai peran sebagai terapis, dua dari empat terapis belum memenuhi dari kriteria aspek yang diamati.

Pada komponen kedua, terdapat empat aspek yang diamati berupa selalu bersemangat dikala menjalankan tugas, tidak merasa terbebani dikala situasi sulit, tabah dalam menghadapi kesulitan, dan tidak mengeluh. Untuk aspek tidak mengeluh, terapis pertama dan keempat belum memenuhi kriteria, sebab terkadang terapis pertama susah untuk menahan lisan dari sikap mengeluh, begitu pula pada terapis keempat yang terkadang masih kesulitan dalam menerima apabila anak yang ditangani cukup rewel.

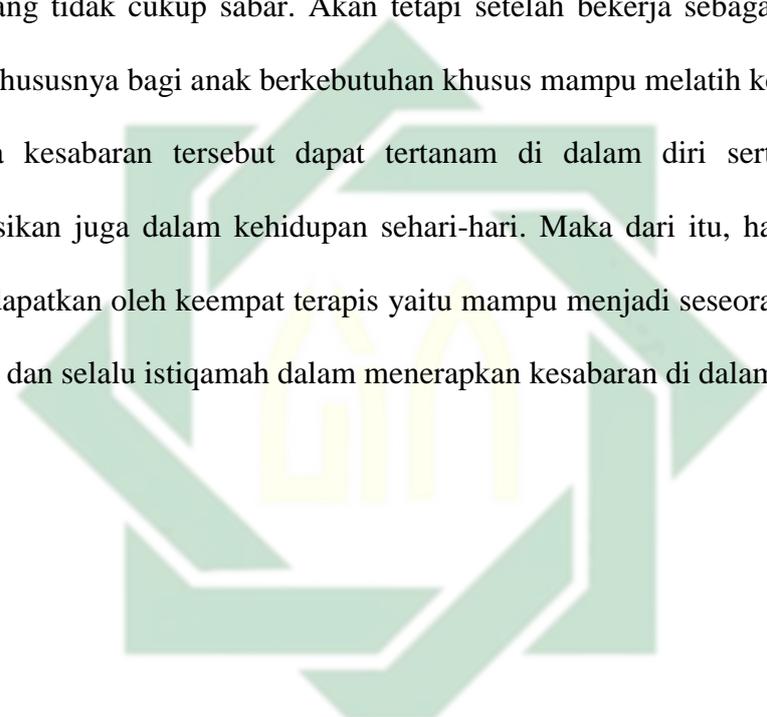
Komponen ketiga yaitu memiliki semangat untuk menciptakan solusi apabila terdapat kendala dalam tugas sebagai terapis, mampu dipenuhi oleh keempat terapis sesuai dengan kriteria dari aspek yang diamati. Pada komponen ini aspek yang diamati adalah memiliki usaha dalam mencari solusi, tidak mudah putus asa, dan lebih bijak dalam berfikir. Hal tersebut terbukti bahwa keempat terapis mampu memberikan solusi apabila terdapat kendala dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus (contohnya ketika anak sedang tidak ingin melakukan kegiatan terapi, solusi yang diberikan dengan pemberian gambar visual maupun persyaratan apabila telah menyelesaikan kegiatan maka dapat bermain). Bijak dalam berfikir walaupun di keadaan anak sedang tantrum, keempat terapis mampu menyikapi dengan bijak yaitu bersikap tenang dan tidak mudah putus asa apabila anak tidak mau menuruti perkataan terapis.

Komponen berikutnya yaitu mensyukuri apa saja yang terjadi. Keempat terapis mampu memenuhi kriteria dari aspek yang diamati. Yang pertama adalah perilaku menerima kenyataan, keempat terapis dengan ikhlas menerima segala situasi yang terjadi ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus. Seringnya terjadi situasi sulit tidak membuat keempat terapis menjadi terbebani, melainkan hal tersebut dijadikan suatu pembelajaran yang dapat dilakukan lebih baik lagi untuk masa yang mendatang. Kedua adalah ikhlas menjalankan tugas, keempat terapis mampu bekerja secara professional, terapis ketiga dan keempat mengaku pada awalnya memang susah namun karena hal tersebut telah menjadi kebiasaan seiring waktu keduanya mampu dengan ikhlas menjalani pekerjaan sebagai terapis. Selanjutnya bersyukur, keempat terapis mengungkapkan bahwa dengan melihat anak berkebutuhan khusus membantu mereka untuk lebih mensyukuri atas hidup yang telah diberikan sehingga mampu menghasilkan sikap lapang dada ketika menyikapi situasi sulit.

Komponen terakhir yaitu mampu memaafkan. Aspek yang diamati pada komponen ini adalah sikap memaafkan, menyikapi dengan positif, memahami orang lain, dan empati. Keempat terapis mampu memenuhi aspek-aspek tersebut. Sebelumnya memang keempat terapis mengaku untuk susah dalam hal sikap memaafkan. Akan tetapi karena mengingat hal yang dijalani adalah mendampingi anak dengan kebutuhan spesial maka telah terbiasa untuk menerima sikap anak yang mungkin terkadang membuat jengkel. Hal tersebut mampu disikapi dengan positif sebab telah memahami bagaimana kondisi orang lain, sehingga membawa efek selain dilakukan hanya untuk

bekerja dapat tertanam pula dalam diri yang membuat keempat terapis dapat selalu menerapkan hal tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Keempat terapis menerangkan bahwa ketika bekerja sebagai tenaga terapis bagi anak berkebutuhan khusus membuat mereka menjadi seseorang yang dapat bersabar. Sebelumnya keempat terapis mengakui bahwa termasuk orang yang tidak cukup sabar. Akan tetapi setelah bekerja sebagai tenaga terapis khususnya bagi anak berkebutuhan khusus mampu melatih kesabaran sehingga kesabaran tersebut dapat tertanam di dalam diri serta dapat diaplikasikan juga dalam kehidupan sehari-hari. Maka dari itu, hal positif yang didapatkan oleh keempat terapis yaitu mampu menjadi seseorang yang bersabar dan selalu istiqamah dalam menerapkan kesabaran di dalam diri.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Melalui pembahasan pada bab-bab sebelumnya, penulis dapat menyimpulkan bahwasanya sabar dapat di definisikan secara berbeda namun memiliki tujuan yang sama. Dalam hal ini dapat disimpulkan menjadi beberapa bagian, yaitu:

1. Sejalan dengan perspektif sabar dari segi tasawuf dan psikologi, dalam penelitian ini penulis mendalami mengenai perspektif sabar menurut terapis anak berkebutuhan khusus. Terutama sebagai tenaga terapis yang mendampingi anak berkebutuhan khusus diperlukan ekstra kesabaran sebab terapis menghadapi anak yang memiliki kebutuhan khusus lain nya dengan anak biasa lainnya. setiap terapis memiliki perbedaan pandangan tentang sabar yang dipahami, baik dari segi pemahaman dan penerapan.
2. Pada konsep sabar dalam tasawuf dan konsep sabar dalam psikologi. Memiliki penjabaran yang berbeda akan tetapi keduanya memiliki tujuan yang sama. Dimana keduanya menyimpulkan mengenai sabar merupakan suatu hal sebagai pengendalian jiwa dan terhindar dari perbuatan tercela. Selain itu dengan sabar mampu membuat seseorang selalu dekat dengan Tuhan.

3. Selanjutnya, dari pandangan sabar masing-masing terapis tersebut memperoleh hal yang dapat diterapkan ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus. Penerapan sabar yang efektif seperti meregulasi emosi, bersikap tenang, mampu membuat terapis dengan baik mendampingi anak berkebutuhan khusus. Ketika terjadi situasi sulit pun dapat diselesaikan dengan hati yang tenang. Selain itu, dengan terbiasa menerapkan sabar ketika bekerja mampu membuat terapis selalu menjalaninya di kehidupan sehari-hari juga.

B. Saran

Setidaknya terdapat beberapa saran yang dapat penulis sampaikan kepada para terapis anak berkebutuhan khusus dan para pembaca, yaitu:

1. Selalu istiqamah menerapkan kesabaran baik ketika bekerja maupun dalam kehidupan sehari-hari. Tidak dijalani hanya karena merupakan tuntutan pekerjaan melainkan suatu kewajiban yang harus dijalani. Karena apabila melaksanakan dengan hati yang ikhlas maka hal yang dijalani pun akan berjalan dengan baik. Hasil yang diperoleh dari kesabaran tersebut juga dapat bermanfaat bagi diri sendiri yang membuat seseorang merasa tenang sebab mampu menjaga emosi dan hawa nafsu.
2. Penelitian ini masih dirasa penulis memiliki banyak kekurangan di dalamnya, meski pembahasan mengenai sabar telah banyak yang mengangkat. Akan tetapi penulis meyakini bahwa masih banyak argument mengenai perbedaan masing-masing pandangan tentang

sabar dan penerapannya yang efektif untuk mendampingi anak berkebutuhan khusus. Oleh sebab itu pada penelitian yang berikutnya perlu dilakukan untuk mengetahui lebih luas tentang sabar dan penerapannya yang efektif terutama ketika mendampingi anak berkebutuhan khusus



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

Ali, Muhammad Daud. *Pendidikan Agama Islam*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2011.

Dr. J. R. Raco, ME., M.Sc. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010.

Efendi, M. *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta: Bumi Aksara, 2006.

Shihab, M. Quraish. *Secercah Cahaya Ilahi*. Bandung: PT Mizan Pustaka, 2013.

Syam, Yunus Hanis. *Sabar dan Syukur Membuat Hidup Lebih Bahagia*. Yogyakarta: Mutiara Media, 2009.

Skripsi

Agustin, Yulia. "Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali Ditinjau Dari Perspektif Konseling Islam." Skripsi: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2020.

Aziza. "Teori-Teori Sabar." Skripsi: Universitas Islam Bandung, 2015.

Hanafi, Abdul. "Pemikiran Tasawuf Menurut Emha Ainun Nadjib." Skripsi: IAIN Ponorogo, 2019.

Muthoharoh, Lia. "Konsep Sabar Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah dan Relevansinya Dengan Kesehatan Mental." Skripsi: IAIN Kudus, 2019.

Muzaro'ah, Chotimatul. "Konsep Sabar Dalam Menangani Anak Tunagrahita (Studi Terhadap Pemahaman Guru di KB-TK Assakinah Inklusi Wirosari)." Skripsi: Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2018.

Jurnal

Abdullah, Nandiyah. "Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus," *Jurnal Magistra*, No. 86. Klaten: UNWIDHA, 2013.

Badiah, Luthfi Isni. dkk. "Karakteristik dan Kebutuhan Anak Berkebutuhan Khusus," *Jurnal Abadimas Adi Buana*, Vol. 2, No. 1. Surabaya: Universitas PGRI Adi Buana, 2018.

Dewi, Dian Puspa. dkk. "Kajian Penanganan Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus," *Jurnal Abadimas Adi Buana*, Vol. 2, No. 1. Surabaya: Universitas PGRI Adi Buana, 2018.

Dewi, Nurul Puspita. "Problematika Pembelajaran Untuk Anak Berkebutuhan Khusus Pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah", *JPI*

(*Jurnal Pendidikan Inklusi*), Vol. 4, No. 1. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta, 2020.

Erliana, Yossy Dwi. dkk. “Regulasi Emosi Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus di SDIT Insan Qurani Sumbawa Besar”, *Jurnal Psimawa*, Vol. 2, No. 1. Sumbawa: Universitas Teknologi Sumbawa, 2019.

Hadi, Sopyan. “Konsep Sabar Dalam Al-Qur’an”, *Jurnal Madani*, Vol. 1, No. 2. Banten: Universitas Pamulang, 2018.

Kurniawan, Wahyu. dkk. “Problematika Pembelajaran Online Bagi Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Dasar Masa Pandemi Covid-19”, *Jurnal Basicedu*, Vol. 5, No. 3. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021.

Lukmawati, Amita Darmawan. “Makna Sabar Bagi Terapis (Studi Fenomenologis di Yayasan Bina Autis Mandiri Palembang)”, *Jurnal Psikologi Islami*, Vol. 1, No. 1. Palembang: Universitas Islam Negeri Raden Fatah, 2015.

Miskahuddin. “Konsep Sabar Dalam Perspektif Al-Qur’an”, *Jurnal Ilmiah Al-Mu’ashirah*, Vol. 17, No. 2. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2020.

Miswar, Andi. “Sabar Dalam Perspektif Al-Qur’an”, *Jurnal Al-Hikmah*, Vol. 19, No. 2, 2017.

Munir, Misbachul. “Konsep Sabar Menurut Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya Ulum Al-Din”, *Jurnal Spiritualis*, Vol. 5, No. 2. Nganjuk: IAI Pangeran Diponegoro, 2019.

Najamuddin. “Kesabaran dan Kesehatan Mental Dalam Bimbingan Konseling Islam”, *Tasamuh Jurnal Studi Islam*, Vol. 10, No. 1. Mataram: Universitas Islam Negeri Mataram, 2018.

Saepulloh. “Transformasi Pemaknaan Sabar Bagi Terapis: Studi Fenomenologis di Yayasan Budi Mulya Kecamatan Cililin Kabupaten Bandung Barat”, *Jurnal Syntax Imperatif: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, Vol. 1, No. 4. Bandung: Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Darul Falah Cihampelas Bandung Barat, 2020.

Sarmigi, Elex. “Analisis Pengaruh Covid-19 Terhadap Perkembangan UMKM di Kabupaten Kerinci”, *Jurnal Al-Dzahab*, Vol. 1, No. 1. Kerinci: IAIN Kerinci, 2020.

Samsuddin. “Burnout Pada Terapis Anak”, *Jurnal Psikoborneo*, Vol. 1, No. 2. Samarinda: Universitas Mulawarman Samarinda, 2013.

Subandi. "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi", *Jurnal Psikologi*, Vol. 38, No. 2. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 2011.

Artikel

Barzam. "9 Konsep Sabar Dalam Psikologi". Diakses pada tanggal 3 Februari 2022 dari <https://dosenpsikologi.com/konsep-sabar-dalam-psikologi>

El Hafiz, Subhan. dkk. "Konstruk Psikologi Kesabaran dan Perannya Dalam kebahagiaan Seseorang." *Artikel Penelitian UHAMKA*, 2013.

M. Yakub, Edy. "Sidoarjo Dirikan UPTD Paturtuwa dan Autis Center." *ANTARA NEWS*. (2014). Diakses pada 8 Juli 2022, dari <https://jatim.antaranews.com/berita/132983/sidoarjo-dirikan-uptd-paturtuwa-dan-autis-center>

UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo. (2017). Diakses pada 8 Juli 2022 dari <http://uptabksidoarjo.blogspot.com/>



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A