

## **STRATEGI GURU DALAM MENJAGA STABILITAS EMOSI SAAT MENGHADAPI SISWA KELAS II YANG KURANG KOOPERATIF**

Zefanya Sarita Wardhani<sup>1</sup>, Adilla Desy Rizbudiani<sup>2</sup>, Andreas Erwin Prasetya<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>PGSD FKIP Universitas Sanata Dharma

<sup>2</sup>Univeritas Negeri Yogyakarta

<sup>1</sup>[221134071@student.usd.ac.id](mailto:221134071@student.usd.ac.id), <sup>2</sup>[adilladesy.2019@student.uny.ac.id](mailto:adilladesy.2019@student.uny.ac.id), <sup>3</sup>[andreaserwin@dosen.usd.ac.id](mailto:andreaserwin@dosen.usd.ac.id)

### **ABSTRACT**

*The issue of uncooperative student behavior in lower-grade classroom presents a significant challenge for teachers in creating a conducive learning environment. This study aims to describe the forms of uncooperative behavior among students, the strategies employed by teachers to address such behavior, and the efforts made by teachers to manage their emotions during the learning process. A descriptive qualitative approach was applied, involving second-grade teachers from an elementary school in the Special Region of Yogyakarta. Data were collected through interviews and observations, then analyzed using the interactive model of Miles and Huberman. The findings reveal that teacher's emotional regulation skill, implemented through a behavioristic approach and supported by a positive school environment and collegial collaboration, play a crucial role in managing uncooperative student behavior and fostering a productive, harmonious classroom atmosphere.*

*Keywords: Uncooperative student behavior, teacher strategies, emotional stability*

### **ABSTRAK**

Permasalahan perilaku kurang kooperatif siswa di kelas rendah menjadi tantangan bagi guru dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk perilaku kurang kooperatif siswa, strategi guru dalam menghadapi perilaku tersebut, serta upaya guru dalam mengelola emosi selama proses pembelajaran berlangsung. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek guru kelas II di salah satu sekolah dasar di Daerah Istimewa Yogyakarta. Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan kemampuan guru dalam mengelola emosi menerapkan strategi pendekatan behavioristik, didukung oleh lingkungan sekolah dan rekan sejawat yang positif, berperan penting dalam menghadapi perilaku kurang kooperatif siswa serta menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif dan produktif.

Kata Kunci: Perilaku siswa kurang kooperatif, strategi guru, stabilitas emosi

## **A. Pendahuluan**

Guru memiliki peran strategis dalam pendidikan, bukan hanya sebagai penyampai pengetahuan tetapi juga sebagai pengelola kelas yang bertanggung jawab menjaga keteraturan dan menciptakan iklim belajar yang kondusif (Bilqis, Rakhmat Riyadi, & Maulidah, 2025; Masfufah, Darmawan, & Masnawati, 2023). Keberhasilan proses pendidikan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan guru dalam menyampaikan materi pembelajaran, tetapi juga kapasitas guru dalam mengelola dinamika kelas dan membangun relasi interpersonal yang positif dengan siswa (Banks, 2014; Mojtahedzadeh, Hasanvand, Mohammadi, Malmir, & Vatankhah, 2024).

Dalam konteks pembelajaran di sekolah dasar, khususnya pada kelas-kelas rendah, guru dihadapkan pada tantangan yang kompleks dalam mengelola berbagai karakteristik dan perilaku siswa yang masih dalam tahap perkembangan sosial-emosional (Bilqis et al., 2025). Tantangan yang dihadapi guru adalah perilaku kurang kooperatif siswa, seperti tidak memperhatikan, berbicara sendiri, hingga menolak instruksi guru (Bektiningsih, Fauziati,

Prastiwi, & Rahmawati, 2023).

Perilaku tidak kooperatif berpotensi mengganggu konsentrasi siswa lain dan menurunkan efektivitas pembelajaran (Khotimah, Endang Fauziati, Choiriyah Widyasari, & Minsih, 2023).

Siswa kelas II sekolah dasar berada pada fase perkembangan kritis, di mana mereka sedang belajar untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah, memahami norma sosial, dan mengembangkan kemampuan regulasi diri. Pada usia ini, anak-anak masih mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial, mempertahankan perhatian dalam waktu yang lama, dan mematuhi aturan-aturan kelas yang ditetapkan (Ngo, 2024). Karakteristik perkembangan ini menjadikan siswa kelas II rentan untuk menampilkan berbagai bentuk perilaku yang kurang kooperatif dalam konteks pembelajaran.

Studi menunjukkan bahwa perilaku disruptif pada kelas rendah sekolah dasar seringkali berakar pada keterbatasan kemampuan regulasi emosi anak dan dukungan lingkungan sekolah yang belum optimal dalam memfasilitasi perkembangan kompetensi sosial-emosional siswa (Khoiri et al., 2025). Perilaku kurang

kooperatif yang ditampilkan oleh siswa kelas II dapat muncul dalam berbagai bentuk yang mengganggu proses pembelajaran dan menuntut respons pedagogis serta emosional dari guru (Hasanah, Arafat, Barni, Raya, & Aprilianto, 2024). Manifestasi perilaku tersebut antara lain mencakup penolakan untuk mengikuti instruksi atau prosedur kelas yang telah ditetapkan, sehingga menghambat kelancaran alur pembelajaran (Ngo, 2024).

Selain itu, siswa juga kerap menunjukkan perilaku mengganggu seperti mengobrol dengan teman saat pembelajaran berlangsung, berjalan-jalan tanpa izin, atau melakukan aktivitas lain yang menginterupsi fokus kelompok dan mengurangi efektivitas pembelajaran (Ngo, 2024; Ritchie, Doe, & Becker, 2025). Beberapa siswa juga menunjukkan perilaku mencari perhatian secara berlebihan, baik dari guru maupun teman-temannya, yang dapat menghambat proses pembelajaran kolektif (Ritchie et al., 2025).

Dalam kasus yang lebih serius, terdapat pula perilaku merusak fasilitas atau barang milik sekolah sebagai bentuk ekspresi frustrasi atau impulsivitas yang belum terkontrol

(Ngo, 2024). Keragaman bentuk perilaku kurang kooperatif ini menunjukkan kompleksitas tantangan yang dihadapi guru dalam mengelola kelas dan menegaskan pentingnya strategi pengelolaan yang komprehensif serta kemampuan regulasi emosi yang baik dari guru (Ritchie et al., 2025; Tarantul & Berkovich, 2024). Interaksi yang berulang dan intensif dengan siswa yang menampilkan perilaku kurang kooperatif dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap stabilitas emosi guru. Beban emosional yang terakumulasi dari menghadapi gangguan perilaku siswa dapat memengaruhi kemampuan guru untuk melakukan regulasi emosi secara adaptif dan pada gilirannya berdampak pada kualitas pengajaran serta kesejahteraan jangka panjang guru (Vasiou, Mouratidis, Michou, Touloupis, & Psychountaki, 2025).

Sehingga, kemampuan guru dalam mengelola emosi dan mengatur strategi di kelas menjadi hal yang penting. Temuan lain menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi guru memiliki peran penting dalam menentukan kualitas pengelolaan kelas, efektivitas pengejaran, dan kesejahteraan profesionalnya

(Bektiningsih et al., 2023; Vasiou et al., 2025).

Regulasi emosi yang efektif menjadikan guru merespons tantangan interpersonal secara lebih adaptif, mengurangi stres, serta menjaga hubungan positif dengan siswa (Chang & Taxer, 2021). Guru yang mampu mengelola emosinya cenderung lebih tenang dan konsisten dalam menerapkan strategi pembelajaran, sehingga suasana kelas tetap kondusif (Hasanah et al., 2024).

Temuan lain menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi guru merupakan prediktor yang kuat terhadap tingkat stres yang dialami dalam konteks sekolah dasar, guru dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah cenderung mengalami tingkat stres yang tinggi (Vasiou et al., 2025). Lebih jauh lagi, penelitian menunjukkan bahwa keefektifan guru dalam mengelola gangguan perilaku tidak hanya mempengaruhi kondisi emosional guru itu sendiri, tetapi juga berdampak pada emosi dan persepsi siswa terhadap efektivitas guru, sehingga menciptakan dinamika timbal balik yang kompleks dalam suasana kelas (Limeranto & Kuswandono, 2023).

Oleh sebab itu, pemahaman yang mendalam mengenai karakteristik perkembangan siswa kelas II menjadi landasan penting bagi guru dalam merancang strategi pengelolaan kelas yang efektif dan responsif terhadap kebutuhan perkembangan siswa. Mengingat dampak yang signifikan dari perilaku kurang kooperatif siswa terhadap stabilitas emosi guru, maka kemampuan guru dalam meregulasi emosi dan mengembangkan strategi yang efektif menjadi sangat penting untuk diperhatikan. Menjaga stabilitas emosi memerlukan strategi regulasi yang bersifat antisipatif dan responsif, yang dapat membantu guru untuk tetap dan profesional dalam menghadapi situasi yang menantang (Limeranto & Kuswandono, 2023; Qian & Arumugam, 2025).

Temuan berbagai penelitian menjabarkan bahwa strategi regulasi emosi yang berfokus pada pemicu, seperti penilaian ulang kognitif dan penyesuaian situasi, lebih adaptif dan efektif dibandingkan strategi penekanan emosi yang hanya menahan ekspresi tanpa mengatasi penyebabnya (Limeranto & Kuswandono, 2023; Qian & Arumugam, 2025). Temuan lainnya

juga menunjukkan pada guru sekolah dasar cenderung menggunakan strategi modifikasi situasi dan penilaian ulang kognitif sebagai pendekatan utama dalam mengelola emosi ketika menghadapi perilaku siswa yang menantang (Iramadhani, Putriani, Fazila, & Afrilia, 2024).

Berbagai strategi yang dapat dilakukan meliputi penilaian ulang kognitif, modifikasi lingkungan fisik dan sosial kelas untuk mengurangi peluang munculnya gangguan, serta implementasi program *Social Emotional Learning* dan penetapan aturan kelas yang jelas untuk menurunkan frekuensi perilaku tidak kooperatif (Alfiah & Balqis, 2024; Bektiningsih et al., 2023; Bilqis et al., 2025; Iramadhani et al., 2024). Selain itu, pengembangan profesional yang berfokus pada pelatihan emosional dan penguatan kecerdasan emosional guru juga direkomendasikan untuk meningkatkan kapasitasnya dalam mengelola konflik dan mengadopsi strategi pengaturan emosi yang lebih efektif.

Meskipun telah terdapat kemajuan di berbagai penelitian mengenai regulasi emosi guru, tinjauan sistematis menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan

yang perlu diisi. Heterogenitas metodologis dan dominasi penggunaan data *self-report* dalam penelitian-penelitian terdahulu membatasi generalisasi temuan dan menunjukkan kebutuhan akan instrumen pengukuran yang lebih kontekstual serta metode penelitian yang lebih beragam. Lebih penting lagi, bukti empiris yang secara khusus mengkaji strategi guru dalam menjaga stabilitas emosi ketika menghadapi siswa kelas II kurang kooperatif masih sangat terbatas.

Oleh karena itu, penelitian yang memfokuskan pada praktik strategi regulasi emosi guru di kelas II dengan menggunakan pendekatan yang mengintegrasikan observasi kelas dan wawancara perlu dilakukakn. Penelitian semacam ini diharapkan dapat menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik serta memberikan kontribusi yang signifikan bagi peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah dasar.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini termasuk kualitatif deskriptif. Pemilihan pendekatan ini didasarkan pada tujuan penelitian, yaitu memberikan gambaran yang mendalam mengenai strategi guru dalam menjaga stabilitas emosi ketika

menghadapi siswa yang menunjukkan perilaku kurang kooperatif. Pendekatan kualitatif deskriptif memungkinkan peneliti memahami fenomena secara alami sesuai pengalaman subjek penelitian (Creswell & Cheryl, 2018). Subjek penelitian yaitu guru kelas II sekolah dasar di Daerah Istimewa Yogyakarta yang dipilih secara purposif. Pertimbangan pemilihan purposif karena guru pada jenjang kelas bawah yang cenderung menghadapi berbagai bentuk perilaku siswa, termasuk perilaku yang kurang kooperatif. Objek penelitian difokuskan pada strategi guru dalam mengelola emosi saat menghadapi perilaku siswa yang tidak kooperatif, seperti kurang memperhatikan, berbicara sendiri, maupun menolak instruksi yang diberikan.

Teknik pengumpulan data dengan cara wawancara dan observasi (Sugiyono, 2017). Wawancara mendalam dilakukan dengan guru untuk menggali pengalaman serta strategi yang digunakan dalam menjaga kestabilan emosi. Observasi kelas dilakukan untuk mengamati secara langsung interaksi antara guru dan peserta didik dalam kegiatan pembelajaran. Berikut

merupakan kisi-kisi instrumen wawancara dan observasi.

**Tabel 1 Kisi-kisi Wawancara dan Observasi**

Aspek	Indikator
Bentuk perilaku kurang kooperatif siswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jenis perilaku kurang kooperatif (Aas, Uthus, &amp; Løhre, 2024)</li> <li>▪ Penolakan siswa terhadap instruksi guru (Umar &amp; Khair, 2022)</li> <li>▪ Kondisi atau mata pelajaran yang memicu (Luo &amp; Derakhshan, 2024)</li> <li>▪ Siswa yang dominan menunjukkan sikap kurang kooperatif (Nanyele, Kuranchie, &amp; Owusu-Addo, 2018)</li> <li>▪ Respon guru terhadap siswa yang kurang kooperatif (Aldrup, Carstensen, &amp; Klusmann, 2024; Sutton, Mudrey-Camino, &amp; Knight, 2009)</li> </ul>
Strategi guru dalam menjaga stabilitas emosi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pengendalian guru saat mulai kesal (Frenzel, Daniels, &amp; Burić, 2021)</li> <li>▪ Cara menegur siswa (Sabrifha &amp; Darmawati, 2022)</li> <li>▪ Kebiasaan guru dalam menenangkan diri (De Neve, Bronstein, Leroy, Truys, &amp; Everaert, 2023)</li> <li>▪ Strategi saat guru saat mengalami penolakan (Aas et al., 2024)</li> <li>▪ Komunikasi positif antarguru dan siswa (Sabrifha &amp; Darmawati, 2022)</li> </ul>
Faktor pendukung dalam menjaga stabilitas emosi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dukungan dari sekolah (Wei &amp; Zhang, 2025)</li> <li>▪ Dukungan teman sejawat (Kouhsari, Huang, Wang, &amp; Lee, 2024)</li> </ul>

Aspek	Indikator
Faktor penghambat dalam menjaga stabilitas emosi	▪ Apresiasi dari sekolah atau orang tua (Wei & Zhang, 2025)
	▪ Fasilitas sekolah (Titheradge, Albajara Sáenz, Hayes, Ukoumunne, & Ford, 2025)
	▪ Dukungan spiritual
	▪ Pemicu kehilangan kontrol emosi (De Neve et al., 2023; Frenzel et al., 2021)
Dampak manajemen emosi terhadap suasana kelas	▪ Jumlah siswa (Titheradge et al., 2025)
	▪ Kondisi kelas (Luo & Derakhshan, 2024)
	▪ Masalah pribadi
	▪ Dukungan dari lingkungan (Wei & Zhang, 2025)
Dampak manajemen emosi terhadap suasana kelas	▪ Suasana kelas (Kouhsari et al., 2024; Luo & Derakhshan, 2024)
	▪ Konsentrasi belajar siswa (De Neve et al., 2023; Frenzel et al., 2021)
	▪ Respons siswa terhadap teguran (Sabrifha & Darmawati, 2022; Umar & Khair, 2022)
	▪ Semangat belajar siswa (Rahmayani & Imania, 2024)
	▪ Empati siswa (Frenzel et al., 2021)

Analisis data menggunakan model interaktif Milles dan Huberman yang mencakup tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan secara sistematis dan terverifikasi (Creswell & Cheryl, 2018).

Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dan teknik,

yakni dengan mengkaji kesesuaian antara hasil wawancara dan observasi, kemudian dilakukan *member check* untuk mendapatkan ketepatan, konsistensi, dan kredibilitas data yang dikumpulkan (Bachri, 2010; Creswell & Cheryl, 2018).

### C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil data wawancara dari narasumber dan observasi kemudian diolah menggunakan Miles & Huberman menekankan pada proses yang berulang, reflektif, dan saling terhubung antara pengumpulan data dan analisisnya. Berikut merupakan penjabaran tiap aspek yang diteliti.

#### Bentuk Perilaku Kurang Kooperatif Siswa

Hasil wawancara diketahui bahwa perilaku kurang kooperatif yang paling sering muncul meliputi siswa tidak fokus saat guru menjelaskan, enggan mengerjakan tugas, serta lebih memilih berbicara, bermain, atau berjalan-jalan di dalam kelas. Selain itu, beberapa siswa menunjukkan penolakan terhadap instruksi dengan alasan merasa lelah, tidak memahami materi, suasana hati yang kurang baik sejak dari rumah, atau merasa mengantuk. Perilaku ini umumnya lebih sering muncul pada

mata pelajaran Bahasa Indonesia karena latar belakang sekolah yang berbasis bahasa Inggris. Pada akhir kegiatan belajar mengajar, siswa juga cenderung menunjukkan perilaku kurang kooperatif akibat kelelahan.

Temuan tersebut sejalan dengan temuan milik Aas et al. (2024) bahwa perilaku siswa yang tidak kooperatif tercermin dari kurangnya konsentrasi, motivasi, serta kepedulian terhadap proses belajar, seperti tidak mendengarkan, menolak arahan, atau pasif karena malu atau kurangnya percaya diri, sehingga menghambat kelancaran pembelajaran di kelas. Perilaku tidak kooperatif siswa tampak melalui sikap agresif, penggunaan bahasa tidak sopan, penolakan terhadap arahan guru, ketidakfokusan saat belajar, serta tindakan melanggar aturan seperti mencontek, membolos, dan mengganggu teman (Antika, Lasari, & Gustina, 2023). Selain itu, menurut teori belajar sosial Bandura (1977) perilaku kurang kooperatif dapat muncul karena proses observasi dan peniruan terhadap perilaku teman sebaya yang tidak mendapatkan konsekuensi negatif.

#### **Strategi Guru dalam Menghadapi Siswa Kurang Kooperatif**

Guru memiliki berbagai strategi untuk mengatasi perilaku kurang kooperatif tanpa harus menimbulkan konflik emosional. Respon awal yang diberikan guru umumnya berupa pendekatan lembut, tidak langsung memarahi siswa, serta menggunakan metode *fun learning* agar suasana kelas tetap positif. Guru juga berusaha memahami penyebab perilaku anak dengan cara mengamati terlebih dahulu dan mengatur emosi melalui teknik sederhana seperti menghela napas dalam-dalam. Saat menghadapi siswa yang tidak memperhatikan, guru memilih menghentikan pembelajaran sejenak, menegur dengan senyum atau candaan ringan, atau mendekati siswa dengan lembut. Hal tersebut termasuk ke dalam strategi pendekatan behavioristik.

Strategi guru dalam menghadapi siswa yang kurang kooperatif bermacam-macam, salah satunya yang digunakan adalah behavioristik, seperti memberikan teguran dan konsekuensi. Pendekatan lainnya adalah pendekatan kognitif dengan menanamkan tentang akibat perilaku yang dilakukan serta pendekatan humanistik dengan mengajak siswa



berdialog untuk memahami alasan di balik tindakannya (Ansari & Jannah, 2024; Khotimah, 2024; Khotimah et al., 2023).

### **Upaya Guru dalam Mengelola Emosi**

Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru memiliki kebiasaan tertentu untuk menenangkan diri ketika menghadapi situasi sulit, seperti menarik napas dalam, menutup mata sejenak, dan memberi jeda sebelum melanjutkan pembelajaran. Dalam situasi siswa menolak instruksi, guru menggunakan strategi penyesuaian, seperti menjelaskan ulang jika siswa belum memahami materi, membujuk dengan sabar ketika siswa lelah, serta membacakan kembali aturan kelas yang telah disepakati bersama. Guru juga menjaga komunikasi positif dengan memberikan pujian yang proporsional dan memastikan siswa tetap merasa dihargai.

Upaya guru dalam mengelola emosi dilakukan melalui pengendalian diri, refleksi, dan penerapan strategi emosi agar tetap tenang dan profesional saat menghadapi situasi menantang di kelas. Guru berusaha mengenali pemicu emosinya, menyesuaikan respons terhadap

perilaku siswa, serta menggunakan komunikasi positif untuk menjaga suasana belajar yang kondusif. Regulasi emosi yang baik memungkinkan guru menghindari reaksi impulsif dan mempertahankan hubungan positif siswa, sehingga iklim kelas menjadi lebih suportif dan produktif.

Hal ini sejalan dengan temuan Frenzel et al. (2021) yang menegaskan bahwa kemampuan guru mengatur emosi berpengaruh langsung terhadap efektivitas pengelolaan kelas dan motivasi belajar siswa, serta diperkuat oleh De Neve et al. (2023) yang menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi adaptif berperan penting dalam menjaga kesejahteraan dan kinerja guru di lingkungan sekolah. Guru memiliki kemampuan untuk mengendalikan dorongan dan mengatur respons emosionalnya saat menghadapi perilaku agresif yang ditunjukkan oleh siswa (Reinita, Limiansih, & Budiono, 2025).

### **Faktor Pendukung dalam Menjaga Stabilitas Emosi Guru**

Hasil wawancara menunjukkan bahwa dukungan institusional dari sekolah terhadap pengelolaan emosi guru masih terbatas, namun

dukungan sosial dari rekan sejawat menjadi sumber kekuatan tersendiri. Guru saling berbagi pengalaman, berdiskusi, dan memberikan semangat satu sama lain dalam menghadapi dinamika perilaku siswa di kelas. Apresiasi dari pihak sekolah maupun orang tua turut memperkuat motivasi guru untuk tetap sabar dan profesional, sementara ketersediaan fasilitas sekolah yang memadai membantu menciptakan lingkungan kerja yang lebih nyaman dan kondusif. Selain itu, guru berpendapat bahwa dukungan spiritual juga berperan sebagai penguat internal yang membantu guru menjaga keseimbangan emosional dan ketenangan batin dalam menjalankan tugasnya.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Wei dan Zhang (2025) yang menekankan pentingnya dukungan organisasi dan apresiasi terhadap kesejahteraan emosional guru, Kouhsari et al. (2024) menyoroti pentingnya dukungan sejawat terhadap regulasi emosi guru, serta Titheradge et al. (2025) yang menunjukkan bahwa fasilitas dan lingkungan sekolah yang baik berkontribusi pada penurunan stres kerja guru.

### **Hambatan dalam Pengendalian Emosi**

Hasil dari wawancara menyebutkan bahwa hambatan yang paling sering membuat guru hampir kehilangan kesabaran adalah ketika siswa sulit diajak berdiskusi, tidak memperhatikan penjelasan guru, serta waktu pembelajaran terbatas sementara siswa belum dapat kondisikan. Guru juga mengakui bahwa suasana kelas yang ramai dapat memicu emosi negatif, namun mereka berusaha menahan diri dengan memberikan jeda pembelajaran dan tidak langsung memarahi siswa.

Temuan tersebut sejalan dengan temuan Frenzel et al. (2021) yang menyatakan bahwa sumber utama stres emosional guru muncul ketika siswa menunjukkan perilaku tidak kooperatif, seperti tidak memperhatikan atau menolak arahan, karena hal tersebut menimbulkan beban kognitif dan emosional yang tinggi selama pembelajaran. Selain itu, ditegaskan juga bahwa lingkungan kelas yang bising dan sulit dikendalikan menjadi pemicu utama muncul emosi negatif, terutama ketika guru menghadapi keterbatasan waktu dan tekanan akademik (De Neve et

al., 2023). Kondisi ini didukung faktor lingkungan fisik dan jumlah siswa yang banyak memperburuk tingkat stres serta menurunkan kemampuan regulasi emosi guru (Titheradge et al., 2025).

Meskipun demikian, hasil wawancara menunjukkan adanya strategi adaptif dan behavioristik yang dilakukan guru, seperti memberikan jeda pembelajaran, yang sesuai dengan rekomendasi Frenzel et al. (2021) tentang pentingnya penerapan strategi regulasi emosi preventif untuk menjaga keseimbangan psikologis dan profesionalisme di ruang kelas.

#### **Dampak Pengendalian Emosi terhadap Suasana dan Hasil Belajar**

Hasil dari wawancara guru menyampaikan bahwa kemampuan mengendalikan emosi berpengaruh besar terhadap suasana kelas dan semangat belajar siswa. Ketika guru mampu menjaga ketenangan, suasana belajar menjadi kondusif, siswa lebih fokus, dan interaksi kelas berjalan harmonis. Sebaliknya, ketika guru menunjukkan emosi negatif, siswa menjadi diam dan suasana kelas terasa tegang.

Hasil wawancara tersebut sejalan dengan temuan Kouhsari et al. (2024) dan Luo & Derakhshan (2024)

yang menunjukkan bahwa kemampuan guru dalam mengelola emosi berperan penting dalam menciptakan suasana kelas yang positif dan mendukung partisipasi aktif siswa. Guru yang mampu menjaga ketenangan cenderung membangun iklim pembelajaran yang kondusif, di mana siswa lebih fokus dan nyaman berinteraksi. Hal ini didukung dengan temuan yang menyatakan bahwa regulasi emosi guru berdampak langsung pada konsentrasi dan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar (De Neve et al., 2023; Frenzel et al., 2021). Selain itu, Sabrifha & Darmawati (2022) menegaskan bahwa respons siswa terhadap teguran guru tergantung pada cara guru mengekspresikan emosinya, misalnya teguran yang disampaikan dengan tenang dan empatik justru meningkatkan penerimaan siswa. Temuan lainnya menunjukkan bahwa keteladanan emosional guru mampu menumbuhkan semangat belajar (Rahmayani & Imania, 2024), sedangkan Frenzel et al. (2021) menambahkan bahwa pengendalian emosi guru juga menumbuhkan empati dan sikap saling menghargai di antara siswa.

#### **D. Kesimpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku kurang kooperatif siswa, seperti tidak memperhatikan, menolak arahan, dan bersikap agresif menjadi tantangan utama yang dihadapi guru di kelas II sekolah dasar. Untuk mengatasinya, guru menerapkan salah satu pendekatan, yaitu pendekatan behavioristik, disertai kemampuan mengelola emosi agar tetap tenang dan profesional dalam menghadapi situasi menantang. Dukungan sosial dari rekan sejawat, apresiasi dari sekolah dan orang tua, serta fasilitas pembelajaran yang memadai turut memperkuat stabilitas emosional guru, sementara kondisi kelas yang ramai dan keterbatasan waktu menjadi faktor penghambat. Kemampuan guru dalam mengendalikan emosi terbukti menciptakan suasana kelas yang kondusif, meningkatkan konsentrasi, semangat, dan empati siswa, sehingga pengelolaan emosi dapat dipandang sebagai kunci keberhasilan dalam membangun lingkungan belajar yang harmonis dan produktif.

#### **Saran**

Sekolah perlu memperkuat dukungan profesional bagi guru melalui

pelatihan regulasi emosi dan manajemen kelas, meningkatkan kolaborasi dengan orang tua, serta menyediakan lingkungan belajar yang kondusif untuk mendukung efektivitas pembelajaran dan stabilitas emosional guru.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aas, H. K., Uthus, M., & Løhre, A. (2024). Inclusive education for students with challenging behaviour: development of teachers' beliefs and ideas for adaptations through lesson study. *European Journal of Special Needs Education*, 39(1), 64–78. <https://doi.org/10.1080/08856257.2023.2191107>
- Aldrup, K., Carstensen, B., & Klusmann, U. (2024). The role of teachers' emotion regulation in teaching effectiveness: A systematic review integrating four lines of research. *Educational Psychologist*, 59(2), 89–110. <https://doi.org/10.1080/00461520.2023.2282446>
- Alfiah, E. A., & Balqis, R. R. (2024). Strategi Guru Dalam Pengelolaan Kelas Inklusi di Madrasah Ibtidaiyah Al Ma'arif 02 Jombang. *Modeling: Jurnal Program Studi PGMI*, 11(1), 605–623. Retrieved from <https://doi.org/10.5281/zenodo.10448128>
- Ansari, M. I., & Jannah, R. (2024). Strategi Guru dan Preferensi Siswa dalam Menangani Perilaku Disruptif di Sekolah Dasar. *El-Aulad: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 38–48. Retrieved from <https://e.journal.stitmuba.ac.id/index.php/elaulad/index>

- Antika, S., Lasari, Y. L., & Gustina, G. (2023). The impact of student disruptive behavior on the conduciveness of class IV social studies subjects in elementary schools. *SIBERNETIK: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(1), 25–33.
- Bachri, B. S. (2010). Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif. *Teknologi Pendidikan*, 10, 46–62.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, Vol. 84, pp. 191–215.
- Banks, T. (2014). Creating Positive Learning Environments: Antecedent Strategies for Managing the Classroom Environment & Student Behavior. *Creative Education*, 05(07), 519–524. <https://doi.org/10.4236/ce.2014.57061>
- Bektiningsih, Fauziati, E., Prastiwi, Y., & Rahmawati, L. E. (2023). Teacher's Strategy in Dealing with Disruptive Behavior from a Student's Perspective. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 15(4), 4481–4491. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i4.3173>
- Bilqis, A., Rakhmat Riyadi, A., & Maulidah, N. (2025). Strategi Pengelolaan Kelas Berdasarkan Kompetensi Sosial Emosional Guru. *Elementary Journal*, 8(1), 330–341.
- Chang, M. L., & Taxer, J. (2021). Teacher emotion regulation strategies in response to classroom misbehavior. *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 27(5), 353–369. <https://doi.org/10.1080/13540602.2020.1740198>
- Creswell, J. ., & Cheryl, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry & Research Design*. New Delhi: SAGE Publications.
- De Neve, D., Bronstein, M. V., Leroy, A., Truyts, A., & Everaert, J. (2023). Emotion Regulation in the Classroom: A Network Approach to Model Relations among Emotion Regulation Difficulties, Engagement to Learn, and Relationships with Peers and Teachers. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(2), 273–286. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01678-2>
- Frenzel, A. C., Daniels, L., & Burić, I. (2021). Teacher emotions in the classroom and their implications for students. *Educational Psychologist*, 56(4), 250–264. <https://doi.org/10.1080/00461520.2021.1985501>
- Hasanah, M., Arafat, Y., Barni, M., Raya, A. T., & Aprilianto, A. (2024). Teachers' Strategies for Managing Disruptive Behavior in The Classroom During The Learning Process. *Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(3), 628–645. <https://doi.org/10.31538/nzh.v7i3.7>
- Iramadhani, D., Putriani, Fazila, R., & Afrilia, E. (2024). Psikoedukasi : Intervensi Untuk Memberikan Pemahaman Regulasi Emosi Dan Strategi Adaptasi Guru SLB Aneuk Nanggroe Menghadapi Stres dan Frustasi Akibat Kesulitan dalam Menangani ABK. *JPKI2: Jurnal Penguabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 2(5), 1667–1673.
- Khoiri, N., Yusbowo, Patimah, S., Firdianti, A., Rahelli, Y., & B, S. (2025). Kajian teoritis: pendekatan sosio emosional dalam pengelolaan kelas di

- sekolah dasar. *COLLASE (Creative of Learning Students Elementary Education)*, 8(2), 330–341. Retrieved from <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/collase/article/view/26751>
- Khotimah, N. (2024). Strategi Guru Mengatasi Perilaku Disruptif Siswa Dalam Pembelajaran Di Sekolah Dasar. *Jurnal Jaringan Penelitian Pengembangan Penerapan Inovasi Pendidikan (Jarlitbang)*, 49–60. <https://doi.org/10.59344/jarlitbang.v10i1.203>
- Khotimah, N., Endang Fauziati, Choiriyah Widyasari, & Minsih. (2023). Teacher Strategies and Student Preferences in Overcoming Disruptive Behavior of Elementary School Students. *International Journal of Elementary Education*, 7(1), 60–67. <https://doi.org/10.23887/ijee.v7i1.54320>
- Kouhsari, M., Huang, X., Wang, C., & Lee, J. C. K. (2024). The association between school climate, teacher emotions, and adaptive instruction. *Frontiers in Education*, 9, 1–12. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1447440>
- Limeranto, J. T., & Kuswandono, P. (2023). Coping with emotions in professional lives: Novice teachers' voices in Indonesian secondary schools. *Litera*, 22(1), 66–75. <https://doi.org/10.21831/ltr.v22i1.52405>
- Luo, T., & Derakhshan, A. (2024). Examining the role of classroom climate and teacher-student relationships in EFL students' perceived learning outcomes: A self-determination theory perspective. *Learning and Motivation*, 88(102062).
- Masfufah, M., Darmawan, D., & Masnawati, E. (2023). Strategi Manajemen Kelas untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Manivest: Jurnal Manajemen, Ekonomi, Kewirausahaan, Dan Investasi*, 1(2), 214–228.
- Mojtahedzadeh, R., Hasanvand, S., Mohammadi, A., Malmir, S., & Vatankhah, M. (2024). Students' experience of interpersonal interactions quality in e-Learning: A qualitative research. *PLoS ONE*, 19(3), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0298079>
- Nanyele, S., Kuranchie, A., & Owusu-Addo, A. (2018). Classroom management practices and student disruptive behavior. *Integrity Journal of Education and Training*, 2(2), 6–14. <https://doi.org/10.31248/ijet2018.021>
- Ngo, T. C. T. (2024). Novice EFL Teachers' Belief and Emotional Regulation in Response to Students' Misbehaviors in the Classrooms. *International Journal of Language Instruction*, 3(4), 20–45. <https://doi.org/10.54855/ijli.24342>
- Qian, W., & Arumugam, N. (2025). Teachers' Emotional Interaction with In-class Misbehaviour of Students: A Synthesis of the Literature Reviews. *Uniglobal Journal of Social Sciences and Humanities*, 4(4), 307–319. <https://doi.org/10.53797/ujssh.v4i1.37.2025>
- Rahmayani, G., & Imania, E. E. (2024). Fostering Positive Student-Teacher Relationships: A Literature Study On Positive Relationships and Their Impact on Academic and Social

- Outcomes. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(6), 6990–7005.
- Reinita, V. A., Limiansih, K., & Budiono, G. A. C. (2025). Manajemen Emosi Guru dalam Pengelolaan Kelas: Studi Kualitatif tentang Strategi Mengatasi Perilaku Agresif Peserta Didik. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(2), 221–234. Retrieved from <https://e.journal.stitmuba.ac.id/index.php/elaulad/index>
- Ritchie, K. C., Doe, C., & Becker, E. (2025). Teacher Emotion-Regulation in the Elementary Classroom: A Psychological Case Study. *European Journal of Education*, 60(3), 1–13. <https://doi.org/10.1111/ejed.70139>
- Sabrifha, E., & Darmawati, D. (2022). The importance of teacher interpersonal communication as an effort to maintain students' mental health: a study of literature review. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(2), 236–244. <https://doi.org/10.29210/1202222931>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sutton, R. E., Mudrey-Camino, R., & Knight, C. C. (2009). Teachers' emotion regulation and classroom management. *Theory into Practice*, 48(2), 130–137. <https://doi.org/10.1080/00405840902776418>
- Tarantul, A., & Berkovich, I. (2024). Teachers' emotion regulation in coping with discipline issues: Differences and similarities between primary and secondary schools. *Teaching and Teacher Education*, 139(104439).
- Titheradge, D., Albajara Sáenz, A., Hayes, R., Ukoumunne, O. C., & Ford, T. (2025). Association of classroom-level stressors with psychological distress in teachers. *Occupational Medicine*, 75(6), 324–331. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqae140>
- Umar, U., & Khair, R. (2022). Teacher's Strategies in Reducing Students' Disruptive Behavior in Indonesian EFL Classroom. *English Review: Journal of English Education*, 10(2), 543–554. <https://doi.org/10.25134/erjee.v10i2.6254>
- Vasiou, A., Mouratidis, A., Michou, A., Touloupis, T., & Psychountaki, M. (2025). Teachers' Emotion Regulation and Anger Profiles as Predictors of Classroom Management Practices. *European Journal of Education*, 60(3), 1–12. <https://doi.org/10.1111/ejed.70074>
- Wei, H., & Zhang, P. (2025). Exploring the relationships between organizational support, teachers' competency, emotion labor, and burnout in school-family collaboration. *Teaching and Teacher Education*, 165(105158). Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0742051X25002355>