

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Profesi sebagai guru adalah sebuah bentuk pelayanan masyarakat dimana didalamnya terdapat tantangan yang dialami selama bekerja. Guru dituntut untuk mengerti dengan perkembangan saat ini dalam proses kepemimpinan, pengelolaan sumber, manajemen, serta pencapaian tujuan pendidikan. Reformasi yang terjadi dalam dunia pendidikan membuat peran dan tanggungjawab para guru menjadi lebih menantang. Berbagai asumsi yang berhubungan dengan karir guru pada saat ini, membuat sebagian guru beranggapan bahwa beban kerja dan tugas guru saat ini tidak mewujudkan karir guru yang menarik. Ada yang berpendapat bahwa sekolah sebagai sebuah organisasi yang dibebani dengan tugas yang beragam dan sesekali tugas tersebut bukan sesuatu yang telah direncanakan dengan matang tetapi muncul secara tidak terduga akibat dari perubahan sosial, ekonomi dan politik. Menurut (Hayati, Widyana, & Sholichah, 2012) jika situasi tersebut dibiarkan berlama-lama maka suasana belajar mengajar di sekolah akan menjadi tidak pasti dan tidak berhasil mencapai tujuan pendidikan seperti dinyatakan dalam UU Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003.

Perubahan yang terjadi pada dunia pendidikan apabila tidak direncanakan secara sistematis dapat berdampak pada tugas-tugas guru yang semakin banyak dan tingginya harapan terhadap guru, sedangkan tidak ada perubahan kesejahteraan guru kearah lebih baik. Persiapan terhadap guru, sarana serta prasarana dalam proses pembelajaran tidak dilakukan dengan baik untuk menghadapi perubahan yang terjadi (Hayati, Widyana, & Sholichah, 2012). Keadaan yang seperti itu membuat guru merasa tidak puas karena kurang mampu mengemban tugas, harapan yang tidak sesuai, serta merasa tidak nyaman dan tertekan.

Guru sebagai pekerja juga tidak bisa terhindarkan dari masalah gangguan kesehatan sebagai akibat dari bekerja, khususnya gangguan psikologis yaitu stres. Stres kerja adalah suatu kondisi perasaan yang dialami guru yang disebabkan adanya situasi, tindakan, maupun peristiwa yang menekan yang penyebabnya berasal dari lingkungan, organisasi dan keadaan individu itu sendiri. Guru mengajar siswanya dengan kesabaran yang lebih, dan juga mengerjakan tugas administrasi yaitu membuat rapor, serta tugas struktural dalam organisasi di sekolah. Sekolah dasar luar biasa berbeda dengan sekolah pada umumnya. Sekolah dasar luar biasa adalah sekolah khusus tingkat sekolah dasar yang diperuntukkan bagi siswa yang mengalami hambatan dalam mengikuti pembelajaran di sekolah yang disebabkan adanya fisik yang tidak normal, kelainan emosional, kelainan mental sosial serta memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa.

Guru sekolah luar biasa dituntut untuk memiliki kesabaran yang lebih dibandingkan dengan guru sekolah dasar di sekolah reguler, serta sehat secara fisik dan mental yang baik dalam bekerja. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat stres antara guru sekolah luar biasa dengan guru sekolah dasar reguler. Menurut Bernard (1990), stres apabila dihubungkan dengan profesi guru dinyatakan sebagai akibat dari hubungan antar individu sebagai seorang guru dalam beradaptasi dengan tuntutan pekerjaan, ancaman dan perlakuan yang ditemui dalam proses belajar mengajar.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Hariyanti (2004, dalam Hayati, Widyana, & Sholichah, 2012) terhadap guru sekolah luar biasa B Widya Bakti Semarang sebanyak 54 subjek, yaitu sebanyak 33 subjek mengalami gejala stres kerja tingkat sedang, 14 subjek mengalami gejala stres kerja ringan dan 7 subjek mengalami gejala stres kerja berat. Stres kerja yang berlebih dapat berakibat buruk pada prestasi kerja guru yang dapat merugikan sekolah. Menurut (Nurtjahjanti & Prasetyo, 2012) dampak negatif yang dihasilkan yaitu tingkat produktivitas yang rendah,

menurunnya kreativitas, kurang motivasi, kurang dapat mengambil keputusan secara efektif, komunikasi antar karyawan yang kurang baik, dan tingginya tingkat absensi, serta muncul perilaku kekerasan dalam lingkungan kerja. Agar guru dapat merasa bahagia dan sukses dalam bekerja, yaitu guru dapat mengembangkan kondisi psikologis dengan baik agar guru dapat bekerja secara optimal.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Miswanti, Hasan dan Zaini (2013, dalam Rahayu & Hadriami, 2015) tentang faktor-faktor yang menyebabkan stres kerja terhadap guru sekolah dasar luar biasa bagian C yaitu kondisi fisik guru saat mengajar, siswa yang kurang bersemangat dalam mengikuti proses belajar mengajar, kurangnya semangat pada guru, hubungan yang kurang baik antar siswa dan ketidaknyamanan yang dirasakan oleh guru saat mengajar jika siswa sering keluar masuk kelas saat proses pembelajaran berlangsung.

Adapun stress kerja yang dialami oleh guru sekolah dasar luar biasa yang berinisial SL (57 tahun) di kota Semarang dapat dilihat dari wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 17 oktober 2017

“Saya sudah bekerja di sekolah ini selama 33 tahun, di sekolah ini saya mengajar anak dengan tunagrahita. Dalam mengajar anak dengan tunagrahita ini saya memerlukan energi lebih, kesabaran ekstra serta perhatian yang lebih pula dalam kegiatan belajar mengajar yang membuat saya lelah secara fisik. Anak-anak sulit apabila diajarkan menulis secara bersamaan jadi saya biasanya berkeliling mengajarkan murid satu per satu dengan sabar. Saya terkadang merasa terbebani apabila orang tua murid tidak bisa diajak bekerjasama dengan baik. Murid yang kurang dapat menunjukkan perkembangan dengan baik juga membuat stress.”

Hasil wawancara yang dilakukan dengan guru sekolah dasar luar biasa lainnya yang berinisial TS (53 tahun) di kota Semarang

“Saya sudah mengajar di sekolah ini selama 30 tahun. Saya mengampu kelas dua. Stressor kadang dipicu karena adanya tuntutan tugas administrasi yang harus segera diselesaikan, jarak rumah yang jauh dengan tempat bekerja, tugas pembelajaran murid yang kadang terhambat karena murid ramai dikelas dan susah diatur, serta kesejahteraan yang kurang dari yayasan.”

Sedangkan menurut Guru SDN di Gebangsari Semarang yang berinisial F (33 tahun)

“Saya mengajar disini sudah 7 tahun. Selama bekerja disini saya nyaman-nyaman aja sih mbak.. paling stress nya itu kalo pas ada penilaian sekolah dan guru yang diadakan sama dinas pendidikan. Kan disuruh bikin laporan administrasi sekolah itu yang ribet bikin pusing”

Guru merupakan manusia biasa yang berprofesi sebagai tenaga pendidik yang mungkin mereka dilanda rasa bosan, kelelahan baik fisik maupun psikis. *Burnout* berbeda dengan stres. *Burnout* hanya terjadi di tempat bekerja dan tidak ada kaitannya dengan lingkungan keluarga dan lingkungan sosial, tetapi stres dapat berdampak positif dan negatif. Dampak positif stres yang terjadi di tempat kerja kadang kala justru dapat memberi motivasi bagi individu untuk lebih berprestasi, sedangkan dampak negatif yang ditimbulkan dapat dilihat dari individu yang tidak memiliki motivasi untuk beraktivitas sehingga keadaan tersebut dapat berdampak pada timbulnya depresi dan *burnout*.

Menurut Arismunandar (1997, dalam Purba, Yulianto, & Widyanti, 2007) berdasarkan hasil penelitian terhadap guru-guru di Indonesia menunjukkan bahwa 30,27 % mengalami stres kerja yang serius (tinggi dan sangat tinggi), 48,11 % guru dengan stres kerja sedang dan 21,62 % guru mengalami stres ringan. Guru sekolah dasar luar biasa mendidik anak berkebutuhan khusus supaya potensi yang ada pada anak berkebutuhan khusus dapat berkembang secara optimal. Beban kerja yang dihadapi oleh guru sekolah dasar luar biasa lebih tinggi daripada guru sekolah dasar reguler dimana mayoritas anak didiknya merupakan anak-anak normal. Tingginya beban kerja, kegiatan sehari-hari yang monoton dan kurang mampu mengelola stress dengan baik menjadi penyebab guru dapat mengalami *burnout* dalam bekerja.

Menurut Maslach (1993) *burnout* adalah suatu kondisi emosional yang terjadi ketika individu merasa lelah dan jenuh secara psikis maupun fisik sebagai dampak tuntutan pekerjaan yang tinggi. Ada tiga aspek dalam burnout yaitu kelelahan emosi, depersonalisasi dan pencapaian diri yang rendah pada guru. Pines & Aronson (1988, dalam Darmawan, Silviandari, & Susilawati, 2015) menjelaskan burnout yaitu kelelahan yang terjadi pada fisik, mental, dan emosional.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Ulfiani (2016 dalam Rahman, 2016) menunjukkan bahwa guru yang mengalami *burnout* mengalami kelelahan emosional yang ditandai dengan penurunan energi, adanya perasaan negatif terhadap siswa dan teman sejawat, serta menyalahkan orang lain atas prestasi kerja yang rendah. Hal ini disebabkan adanya perasaan tidak mampu untuk menghindari kelebihan beban kerja dan waktu yang panjang. Tingginya *burnout* pada guru juga telah dikaitkan dengan stres yang dialami dan tuntutan pekerjaan yang tinggi, serta kontrol yang rendah dalam karir kerja, serta tingginya absen kerja tanpa ada perbedaan status perkawinan dan lama bekerja.

Menurut Usman, hasil survey yang telah dilakukan oleh *World Development Report* pada tahun 2004 menunjukkan presentase kehadiran atau absensi guru di Indonesia sebesar 19%. Hasil tersebut termasuk tinggi jika dibandingkan dengan beberapa negara berkembang lainnya di Asia (Purba, Yulianto, & Widyanti, 2007). Berbagai riset mengenai *burnout* yang sudah diteliti di negara-negara Barat, Eropa, Afrika dan Asia. Khususnya di Indonesia, para peneliti mengkaji subjek guru di sekolah umum seperti penelitian Sutjipto yang telah dilakukan pada tahun 2004 yang mendapati bahwa guru-guru SD di Kecamatan Ciputat Jakarta mengalami burnout. Kemudian penelitian Widyastuti dan Astuti menemukan adanya hubungan negatif antara keperibadian *hardiness* dengan *burnout* guru SD di Kec. Sedayu Yogyakarta (Rahman U, 2016).

Burnout pada guru juga dapat disebabkan karena iklim kelas yang tidak kondusif dan disorganisasi sekolah. Guru yang mengalami *burnout*

yang bekerja di bidang pendidikan, disebabkan oleh tuntutan dari siswa yang memiliki hambatan dalam belajar, tingkat keberhasilan guru yang rendah, dan kurang adanya penghargaan untuk mengapresiasi kinerja guru yang akan berdampak dalam jangka panjang, yaitu guru merasa kelelahan secara fisik, emosional, dan psikis (Darmawan, Silviandari, & Susilawati, 2015). *Burnout* yang terjadi pada para guru sekolah dasar luar biasa makin diperparah karena kebiasaan menikmati kerja yang monoton, sibuk berkomentar tentang “harusnya” dan kurang tertantang untuk melakukan tindakan. Faktor penyebab lainnya yaitu perasaan kecewa dalam bekerja yang berhubungan dengan penghargaan yang tidak sebanding dengan beban kerja serta kondisi lingkungan kerja yang kurang kondusif.

Dari wawancara yang telah dilakukan pada Guru sekolah dasar luar biasa berinisial S (56 tahun)

“Saya bekerja menjadi guru di SLB ini sudah 24 tahun mbak. Biasanya kalo saya sudah capek banget ngajar seharian di sekolah, kadang vertigo saya kumat mba. Ya karena pas ngajar anak-anak itu pada susah diatur, kadang juga anaknya nggak mood belajar jadi diajarin ya nggak paham-paham, baru ditanya ya mbak nanti 5 menit kemudian ditanya lagi ya lupa. Kalo anak seperti ini kan gabisa diajarin klasikal, jadi saya ngajarannya satu-satu, belum lagi ada anak yang belum bisa membersihkan setelah BAB jadi kan saya memberiskan dulu ke kamar mandi jadi kan anak yang lain terbengkalai. Apalagi ini ditambah mau akreditasi sekolah sama penilaian guru soalnya disini kan gak ada TU jadi semuanya dikerjakan sendiri, minggu depan dikumpulkan. Tambah pusing saya hehe..”

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Ferlia, Jayanti, & Suroto, 2016) dengan judul “Analisis Tingkat Stres Kerja Pada Guru Tuna Grahita Di Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB) Negeri Purwosari Kudus” bahwa empat subjek mengalami stres dengan kategori rendah dan tiga subjek dengan stres kategori berat. Tanda-tanda yang dialami oleh subjek dengan stres kategori ringan yaitu gejala perilaku dan fisiologis, sedangkan subjek stres kategori berat mengalami gejala psikologis dan perilaku. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Amalia, Wahyuni, & Ekawati, 2017)

yang berjudul “Hubungan Antara Karakteristik Individu, Beban Kerja Mental, Pengembangan Karir Dan Hubungan Interpersonal Dengan Stres Kerja Pada Guru Di SLB Negeri Semarang” menunjukkan bahwa stres kerja guru sekolah luar biasa negeri di Semarang dengan kategori sedang sebesar 44% dan kategori ringan sebesar 56%. Selain itu, terdapat hubungan beban kerja mental dengan stres kerja pada guru di SLB Negeri Semarang.

Fokus penelitian ini yaitu stres kerja dan *burnout* yang dialami oleh guru sekolah dasar reguler dan guru sekolah dasar luar biasa bagian B dan C. Hal tersebut menjadikan penelitian ini tidak sama dengan penelitian yang telah diteliti sebelumnya. Penelitian ini memiliki perbedaan yaitu dalam penelitian ini peneliti hendak meneliti tentang stres kerja dan *burnout* dengan subjek guru sekolah dasar reguler dan guru sekolah dasar luar biasa bagian B dan C di Kota Semarang.

B. Perumusan Masalah

Apakah ada perbedaan antara stress kerja dan *burnout* pada guru sekolah dasar reguler dan guru sekolah dasar luar biasa bagian B dan C ?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui apakah ada perbedaan antara stress kerja dan *burnout* pada pada guru sekolah dasar reguler dan guru sekolah dasar luar biasa bagian B dan C.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Berdasarkan dari hasil penelitian ini diharapkan agar menambah pengembangan khasanah ilmu psikologi, khususnya psikologi industri dan organisasi serta psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan ini dapat memberikan masukan pada guru dalam rangka mengurangi stress kerja dan *burnout* yang dialami oleh guru sekolah dasar reguler dan guru sekolah dasar luar biasa bagian B dan C.