

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

1. Latar Belakang

Wabah virus corona (Covid-19) yang melanda berbagai negara termasuk Indonesia telah banyak memberikan pengaruh pada berbagai macam sektor kehidupan, salah satunya adalah pada dunia pendidikan. Pandemi Covid-19 yang berkepanjangan membuat kegiatan belajar mengajar dilangsungkan secara jarak jauh atau sekolah daring untuk memutus rantai penyebaran virus. Guru dan siswa dituntut untuk menerapkan pola baru pada sistem pembelajaran. Belajar dari rumah, merupakan sistem pembelajaran baru yang harus diterapkan pada masa pandemi covid-19. Sistem pembelajaran dari rumah menuntut guru bekerja lebih ekstra dari sebelumnya. Itu semua disebabkan karena guru ataupun murid belum terbiasa melakukan sistem pembelajaran dari rumah. Guru dituntut untuk kreatif dalam penyampaian materi pelajaran. Namun tidak bisa dipungkiri pasti ada materi pelajaran sulit disampaikan secara daring. Sehingga guru harus terus memutar otak bagaimana caranya agar materi tersebut bisa dipahami oleh siswa, hal tersebut yang membuat para guru mengalami tekanan psikologis karena harus menyesuaikan metode pembelajaran jarak jauh yang penuh kendala.

Dikutip dari Jawa Pos.com, Wahana Visi Indonesia (WVI) melakukan survei terhadap 27.046 responden guru mengenai persepsi para guru di tengah pandemi. Hasil dari survei tersebut ialah yang dikhawatirkan para guru dari aspek pelaksanaan kebijakan di masa pandemi adalah masalah kepemilikan gawai, kuota dan kapasitas TIK. Begitu juga dengan kendala geografis kunjungan guru ke rumah dan pengambilan tugas khususnya di 3T (terdepan, terluar, tertinggal) dan wilayah berisiko tinggi. Hasil survei Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan memperlihatkan bahwa sebanyak 53,55% guru mengalami kesulitan dalam melakukan manajemen kelas selama belajar dari rumah, sedangkan sebanyak 48,45% guru mengaku masih kesulitan dalam menggunakan teknologi selama belajar dari rumah. (Sumber : cips-indonesia.org, 9 februari 2021). Koordinator Fungsi Kelola Sistem Informasi Pendidikan LPMP Provinsi Jawa Timur, Maryono S.Sos, M.M, mengungkapkan beberapa kendala yang dialami oleh guru selama sekolah daring yaitu guru kesulitan mengelola pembelajaran jarak jauh dan cenderung fokus pada penuntasan kurikulum, waktu pembelajaran berkurang, sehingga guru tidak

mungkin memenuhi beban jam mengajar, guru kesulitan komunikasi dengan orang tua sebagai mitra rumah. (Sumber : lpmpjatim.kemdikbud.go.id, 10 september 2020)

Hasil survei yang dilakukan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) dari 6.513 responden guru menunjukkan sebanyak 45,27% tidak setuju sekolah tatap muka di buka januari 2021, sebanyak 49,36 % guru menyatakan setuju sekolah tatap muka di buka januari 2021, sementara sebanyak 5,37 % responden menyatakan ragu-ragu. Alasan responden yang menyatakan setuju sebanyak 3.215 orang guru, adapun alasan yang dipilih responden yang setuju sekolah tatap muka dikarenakan jenuh mengajar Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) sebanyak 22 %, materi sulit/sangat sulit sebanyak 54%, serta sebagian siswa yang diajar tidak memiliki alat daring, sehingga tidak mengikuti PJJ sebanyak 9,3 %, sinyal tidak stabil sehingga menjadi kendala PJJ sebanyak 5,8% dan lainnya sebanyak 8,9 % menyebutkan bahwa wilayah responden mengajar merupakan wilayah kepulauan yang masuk zona hijau/kuning. Sementara itu, jumlah responden yang menyatakan tidak setuju sebesar 2.948 orang. Adapun alasan responden yang menyatakan tidak setuju sekolah tatap muka di buka pada januari 2021 karena kasus Covid-19 masih tinggi sebanyak 40,70%, merasa khawatir tertular Covid-19 di sekolah sebanyak 27,74 %, sudah berusia di atas 50 tahun ditambah penyakit penyerta sebanyak 10,44%, infrastruktur dan protokol kesehatan/SOP Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) di sekolahnya belum memadai sebanyak 14,31 % dan lainnya sebanyak 6,8 % karena belum ada sosialisasi protokol kesehatan dari pihak sekolah dan tidak memiliki kendaraan pribadi, sehingga harus naik angkutan umum yang rentan tertular virus Covid-19. (Sumber : fsgi.or.id, 2020).

Para guru dihadapkan dengan ketidakseimbangan dan ketidaksiapan antara tuntutan dan kemampuan untuk mengatasi perubahan pada sektor pendidikan yang terdampak pandemi Covid-19, hal ini dapat memicu gangguan kesehatan dan peningkatan stres pada profesi guru. Berdasarkan penjelasan OSHA (2014), stres yang terjadi pada seseorang yaitu ketika kemampuan yang dimiliki individu tidak dapat menyesuaikan dengan tuntutan/permintaan yang harus diselesaikan. Kondisi stres pada individu dapat ditunjukkan melalui gangguan yang bersifat psikologis maupun fisiologi yang terjadi pada individu tersebut. Menurut *Health Safety Executive* (dalam Tarwaka, 2013), mendefinisikan stres sebagai reaksi negatif pada manusia yang muncul akibat adanya tekanan dan jenis tuntutan

yang berlebihan. Robbins (dalam Supardi, 2007) mengatakan stres adalah kondisi dinamis seorang individu mengalami kendala, atau tuntutan terkait apa yang sangat diinginkannya dan hasilnya dipersepsika tidak pasti tetapi penting. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa sekitar 450 juta orang di dunia mengalami stres (Perwitasari, 2015). Salah satu stres yang dialami yaitu stres kerja. *International Labour Organization* melakukan survei pada tahun 2016 di beberapa negara yaitu Eropa, Amerika Serikat, dan Australia yang hasilnya menunjukkan bahwa sekitar dua pertiga hingga setengah dari pekerja mengalami stres kerja.

Stres kerja adalah respon individu terhadap pemicu stres yang ada pada pekerjaan yang menimbulkan reaksi yaitu berupa reaksi fisik, psikologis atau tingkah laku yang menyebabkan individu tersebut tidak dapat menjalankan tanggung jawabnya secara maksimal (Munandar, 2008). Waluyo (2013), mendefinisikan bahwa stres kerja adalah pemicu atau stressor kerja yang menyebabkan timbulnya beberapa reaksi pada individu, yaitu reaksi fisiologis, psikologis dan perilaku. *European Agency for Safety and Health at Work* (2009) menyebutkan pekerjaan yang memiliki prevalensi stres kerja yang tinggi yaitu guru dimana beberapa faktor yang diidentifikasi sebagai penyebab stres kerja tertinggi pada guru yaitu beban kerja, konflik peran dan dukungan dari rekan kerja maupun keluarga dan teman. Dikutip dari Edsurge newsletter (2020), *Yale Center for Emotional Intelligence dan Collaborative for Social Emotional and Academic Learning* melakukan survei pada lebih dari 5.000 guru di Amerika Serikat dan hasilnya ditemukan bahwa para guru mengalami stres kerja dalam menjalankan proses belajar dan bekerja dari rumah selama masa pandemi Covid-19. Salah satu penyebabnya yaitu kekhawatiran dan ketakutan akan terkena Covid-19 serta proses adaptasi dengan teknologi baru. Para guru pengajar mengalami kesulitan dan tekanan psikologis selama pandemi karena harus menyesuaikan metode pembelajaran jarak jauh yang penuh kendala.

Munandar (2008), mengatakan bahwa individu yang paling memahami apa yang terjadi pada dirinya sendiri sehingga ia yang menentukan situasi mana yang termasuk kedalam stres atau tidak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa stres kerja merupakan keadaan yang dihadapi individu yaitu berupa tekanan atau tuntutan dalam pekerjaannya yang dapat menimbulkan gangguan psikologis maupun fisik pada individu tersebut. Pemicu terjadinya stres kerja pada individu dapat disebabkan dari berbagai aspek

yang ada dalam pekerjaan. Hurrel (dalam Munandar, 2001) dan Manuaba (2000) mengatakan bahwa salah satu faktor yang dapat menimbulkan stres kerja adalah faktor-faktor kategori intrinsik dalam pekerjaan yaitu fisik dan tugas, beban kerja yaitu salah satu faktor penyebab stres kerja yang termasuk dalam kategori cakupan tugas. Menurut Nurmiyanto (2003) beban kerja adalah sekumpulan kegiatan yang dilakukan oleh tenaga kerja yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu.

Definisi yang dijelaskan oleh Mashkati & Hariyati (dalam Saefullah, 2017) bahwa beban kerja adalah suatu perbedaan antara kemampuan yang dimiliki seorang individu dengan tuntutan pekerjaan yang harus dihadapi. Menurut Tarwaka (2011) beban kerja adalah tuntutan atau upaya yang dilakukan seseorang untuk menyelesaikan suatu pekerjaan. Penjelasan dari Munandar (2014) pada penelitiannya, yaitu kondisi kerja seseorang pada saat tertentu dapat menghasilkan prestasi kerja yang optimal, tetapi juga akan memiliki dampak pada hal lain seperti tuntutan kerja fisik yang mana hal tersebut akan berdampak negatif terhadap kesehatan mental kerja seseorang. Tingkat pembebanan yang terlalu tinggi memungkinkan individu tersebut menggunakan energi yang berlebih untuk beban kerja fisik sehingga terjadi “over stress”, sebaliknya jika intensitas pembebanan terlalu rendah cenderung akan menimbulkan rasa bosan dan kejenuhan pada kerja fisik sehingga terjadi “understress” pada individu tersebut.

Manuaba (2000), mengatakan beban kerja di pengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Contoh faktor internal yaitu tuntutan kerja yang berlebih maka akan memunculkan rasa frustrasi pada guru dalam menjalankan tugasnya, sehingga ketika guru telah merasa frustrasi, maka akan berdampak pada kinerja guru yang menurun. Sedangkan contoh faktor eksternal yaitu mewabahnya virus covid-19 yang melanda berbagai negara termasuk Indonesia, memberikan dampak yang sangat signifikan terhadap dunia pendidikan, yang mengharuskan guru dan siswa membiasakan dengan penerapan sistem pembelajaran baru yaitu belajar dari rumah/sekolah daring.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada dua orang guru sd menunjukkan hasil bahwa selama mengajar pada masa pandemi guru menjadi mudah sakit kepala karena banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan, *mood* guru juga menjadi kurang baik sehingga membuat guru menjadi mudah marah ketika setelah seharian disibukkan dengan

pekerjaannya, guru menjadi lupa untuk makan dan jam tidur guru mejadi tidak teratur karena guru harus menyelesaikan pekerjaannya.

Peneliti melakukan survei terhadap guru dengan 12 responden, hasilnya menunjukkan bahwa beban kerja guru selama pandemi menjadi bertambah dikarenakan guru merasa lebih kesulitan dengan sistem baru yang diterapkan selama pandemi alasannya yaitu karena pembelajaran yang dilakukan hanya satu arah yang membuat guru tidak bisa menyampaikan materi dengan baik sehingga pemahaman siswa tentang materipun menjadi kurang baik, menghambat pembelajaran yang membutuhkan siswa untuk mendemonstarsikannya, karena pembelajaran jarak jauh dengan ruang kerja seadanya di rumah guru masing-masing membuat penyampaian materi menjadi kurang nyaman tidak seperti ketika menyampaikan materi secara tatap muka, guru kesulitan mengontrol pemahaman siswa karena pandemi yang sangat lama membuat siswa pun merasa bosan harus pembelajaran via daring, penggunaan handphone dalam kegiatan belajar daring cukup menyita waktu guru untuk pekerjaan yang lain, kurangnya kerjasama dari orang tua sebagai mitra pendidik dari rumah membuat siswa tidak pernah mengikuti pembelajaran daring dan membuat siswa juga tidak mengumpulkan tugas tepat waktu sehingga guru harus menyelesaikan penilaian belajar melebihi waktu jam kerja yang membuat jam kerja guru menjadi lebih panjang dan waktu istirahat guru menjadi berkurang, sehingga guru akan menjadi kelelahan yang dapat berdampak negatif bagi kesehatan guru.

Pekerjaan sebagai guru SD memiliki tugas mengajar yang lebih monoton dibandingkan dengan guru pada tingkat SMP ataupun SMA. Kebanyakan guru SD memiliki peran sebagai guru kelas yang setiap harinya mengajar siswa dalam satu kelas, sehingga para guru SD akan bertemu dengan murid-murid yang sama. Seorang guru kelas juga memiliki tanggung jawab untuk mempersiapkan dan menyampaikan semua materi mata pelajaran yang ada kepada murid-muridnya, sehingga dapat dikatakan bahwa jam kerja seorang guru adalah sehari penuh. Hal-hal tersebut yang kebanyakan menjadi beban kerja bagi para guru SD yang pada akhirnya menyebabkan stres.

Berdasarkan uraian diatas, maka sejalan dengan teori Hurrel (dalam Munandar, 2001) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan stress kerja yaitu beban kerja. Jika individu memiliki beban kerja yang sedikit akan menimbulkan kebosanan karena pengulangan pada gerak, sedangkan beban kerja yang berlebihan dapat menimbulkan kelelahan baik fisik maupun mental dan reaksi-reaksi emosional seperti

sakit kepala, gangguan pencernaan dan mudah marah. Sehingga dapat di simpulkan bahwa beban kerja yang terlalu sedikit atau terlalu berlebihan dapat menimbulkan gangguan atau stress kerja pada individu. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Guru SD Selama Pandemi Covid-19 di Surabaya”.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan, maka permasalahan pada penelitian ini adalah : “Apakah terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SD selama pandemi Covid-19 di Surabaya?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SD selama pandemi Covid-19 di Surabaya.

2. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan informasi kepada pihak-pihak terkait dan berkepentingan, baik dari lingkungan akademis maupun praktisi.

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan ilmu psikologi secara umum, khususnya psikologi industry, psikologi klinis, dan psikologi sosial. Dan juga hasil penelitian ini dapat memperkuat teori yang sudah ada mengenai beban kerja dan stres kerja pada guru.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan para guru terkait hubungan beban kerja dengan stres kerja sehingga guru dapat mengetahui tingkat stres yang dialami dan dapat melakukan pencegahan untuk mengurangi stres kerja.

C. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian Alfandara, Shendy (2019) tentang “Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Pegawai di Lapas Pemuda Kelas III Langkat”, untuk menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling, yaitu keseluruhan dari populasi dijadikan sampel penelitian yang juga berjumlah 36 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan dan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada pegawai di lapas pemuda kelas III Langkat. Hal ini berdasarkan hasil perhitungan korelasi r product momen, dimana $r = 0,574$ dengan signifikan $p = 0,001 < 0,010$ artinya hipotesis yang diajukan semakin rendah beban kerja maka akan semakin rendah stres kerja dan sebaliknya semakin tinggi beban kerja maka akan semakin tinggi stres kerja dinyatakan diterima. Adapun sumbangan efektif dari beban kerja mempengaruhi stres kerja sebesar 33%.
2. Penelitian Puri, Intan (2018) tentang “Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat Igd Rsud Munyang Kute Redelong”, teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 36 perawat. Teknik analisis yang data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi Product Moment dari Pearson. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, maka diperoleh hasil terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stress kerja. Hal ini dapat dilihat dari korelasi $r = 0,563$ dengan signifikansi $P = 0,000 < 0,050$ dengan sumbangan efektif yang diberikan beban kerja dengan stres kerja sebesar 31,7% dimana mean hipotetik pada beban kerja adalah 16,5 dengan nilai mean empiriknya yaitu 29,06 dan mean hipotetik stress kerja yaitu 42 dengan nilai empiriknya 64,14.
3. Penelitian Salsabilla, Belda (2019) tentang “Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Karyawan di Bidang Perdagangan Berjangka Komoditi Kota Semarang”, subyek dalam penelitian ini berjumlah 46 karyawan. Penelitian ini merupakan penelitian populasi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi Product Moment dengan menggunakan SPSS. Hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *Product*

Moment diperoleh nilai korelasi sebesar 0,318 dengan signifikansi $p = 0,016$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja.

4. Penelitian Safitri, Hety (2020) tentang “Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja”, subjek dalam penelitian ini adalah 84 guru SMP Negeri 2 Samarinda dan guru SMP Negeri 8 Samarinda. Teknik pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment* dan uji *independent sample T-test*. Hasil analisis menggunakan *pearson product moment* terdapat hasil korelasi sebesar 0.444 nilai Sig sebesar 0.000 ($P < 0.05$). Hal ini menunjukkan kolerasi yang sedang atau cukup artinya hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan beban kerja dengan stres kerja pada guru SMP Negeri 2 Samarinda dan pada guru SMP Negeri 8 Samarinda dan terdapat perbedaan stres kerja pada guru SMP Negeri 2 Samarinda dan guru SMP Negeri 8 samarinda dengan nilai $T = 2,861$ dan nilai $P = 0,005$.
5. Penelitian Nafz, Tazkiatun tentang “Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja pada Guru Tahfidz di Pesantren Terpadu Darul Qur’an Mulia”. Subjek dalam penelitian ini adalah Guru Tahfidz di Pesantren Terpadu Darul Qur’an Mulia yang berjumlah 54 orang dengan cara *simple random sampling*. Uji validitas menggunakan validitas isi yang dilakukan oleh *profesional judgement*. Berdasarkan hasil regresi linear berganda, ditemukan bahwa: (1) beban kerja, beban upaya mental, dan beban tekanan psikologis secara simultan (bersama-sama) berpengaruh terhadap stres kerja sebesar 0,375 atau 37,5 %. Sedangkan sisanya, yaitu 62,5% dijelaskan oleh variabel lain diluar model penelitian ini; (2) beban upaya mental berpengaruh positif terhadap stres kerja, dibuktikan berdasarkan nilai signifikansi 0,005, dengan nilai sumbangan efektif 20,8%; (4) beban tekanan psikologis tidak memiliki pengaruh positif terhadap stres kerja, dibuktikan dengan nilai signifikansi 0,192, (4) beban waktu tidak memiliki pengaruh positif terhadap stres kerja, dibuktikan berdasarkan nilai signifikansi 0,109

Berdasarkan uraian diatas, meskipun telah terdapat penelitian mengenai beban kerja dengan stres kerja, namun dalam penelitian ini terdapat perbedaan yaitu pada subjek penelitian yang ini khususkan pada guru SD di Surabaya. Perbedaan lainnya yaitu terletak pada teknik pengambilan sampel, pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *non probability sampling* yaitu *incidental sampling*.

Halaman Sengaja Dikosongkan