

B A B I

P E N G A N T A R

A. Latar Belakang

Guru merupakan pribadi yang memberikan ilmu pengetahuan kepada para pelajarnya. Guru lebih dikenal dengan tenaga terlatih yang mengajarkan berbagai pembelajaran atau tenaga profesional yang dapat menjadikan murid – muridnya dalam hal mengarahkan, menelaah dan merumuskan masalah yang sedang dihadapi (Djamarah, 2014). Guru sangat berperan penting dalam dunia pendidikan dalam mencerdaskan dan melahirkan generasi-generasi penerus bangsa.

Tugas guru sebagai pengajar diatur dalam undang- undang No.14 pada tahun 2005 tentang guru dan dosen yang pada pasal satu ayat satu yaitu “Pendidik profesional memiliki tugas mendidik mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan usia dini, pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan formal” (Illahi, 2020). Guru adalah ujung tombak bagi pendidikan di suatu negara karena guru memiliki pengaruh besar bagi siswa.

Usaha mencerdaskan kehidupan untuk bangsa, pendidikan sangat memiliki peran dan fungsi tersendiri bagi peserta didik. Tentunya semua itu tidak akan terlepas dari peran seorang guru. Guru dianggap sebagai suatu profesi yang mulia dan memiliki tugas serta tanggung jawab yang berat. Dalam menjalankan profesi sebagai guru, tidak

menutup kemungkinan seseorang mengalami kesulitan dan hambatan. Hal ini karena adanya tuntutan tugas tanggungjawab pekerjaan yang harus dihadapi oleh guru. Sebelumnya peneliti melakukan wawancara pada 3 orang guru yaitu : YI, IR dan EK.

Hasil wawancara dengan YI :

“Kalo jenuh itu jarang tapi setiap guru saya rasa pernah mengalami kelelahan atau jenuh. Karena yang pertama perlu diketahui bahwa tugas seorang guru itu berat. Kenapa ? guru tidak hanya datang ke sekolah lalu mengajar dan selesai. Tidak begitu. Guru itu juga mendidik. Mendidik anak dengan berbagai karakter dan latar belakang. Ada bahasa guru itu di gugu lan ditiru. Guru itu pekerjaan yang ekstra karena meluangkan pikiran dan tenaga. Apalagi jam mengajar saya itu padat, perminggu jam mengajar saya 26 jam, kalau guru lain saya kurang tau ya karena setiap guru berbeda lalu belum lagi memberikan tugas, penilaian dsb. Kalau dirasakan ya jenuh dan akhirnya berdampak. Contoh kecil, saya akan cenderung diam di kantor. Jadi itu yang saya rasakan”

Hasil wawancara pada guru IR:

“Lelah lalu jenuh itu manusiawi. Pekerjaan guru itu diulang secara terus-menerus setiap hari. Apalagi beberapa guru di SMA ini termasuk saya mengajar yang bukan bidang saya. Saya merangkap di kelas 11 dan 12. Jadi bisa dibayangkan bagaimana membawakan materi pelajaran tersebut, mengajar, belum lagi kalau ada siswa yang punya hambatan belajar. Kadang kalau lelah saya langsung hopeless dan ini saya mampu nggak ya ? akibatnya begitu.”

Hasil wawancara pada guru EK:

“Profesi guru itu setiap hari bekerja. Hambatan yang sering saya temui biasanya pada siswa. Ketika siswa mengalami kendala untuk menangkap pembelajaran yang saya ajarkan. Misalkan siswa kurang memahami, maka saya harus mengulang-ulang sampai siswa benar-benar memahami materi tersebut. Dijelaskan pelan-pelan sampai siswa memahami. Apalagi setelah pandemi seperti ini, guru harus menyesuaikan diri. Harus ekstra sabar meski pembelajaran dilakukan secara offline maupun online. Meski kadang guru memberi tugas tapi siswa tidak mengumpulkan pada waktunya, guru harus chat dan mengingatkan siswa tersebut. ”

Dari pemaparan hasil wawancara diatas, disimpulkan bahwa guru juga pernah mengalami lelah / kejenuhan terhadap pekerjaannya, tidak

hanya datang lalu mengajar namun guru juga mendidik. Itulah peran penting seorang guru. Kondisi itu dirasakan akibat kelelahan secara berlebihan karena tuntutan pekerjaan sehingga memunculkan perilaku dan konflik pada dirinya seperti adanya rasa putus asa, frustrasi dsb. Hal ini masuk pada aspek *burnout* tentang kelelahan terhadap emosional. Hasil wawancara tersebut juga menunjukkan aspek *burnout* tentang depersonalisasi yang menimbulkan rasa acuh terhadap orang-orang sekitar dan lingkungannya.

Burnout sangat rentan dialami oleh mereka yang berprofesi guru (Farber Demirel et al., dalam Hayati, Widyana dan Solichah, 2015). yang dirasakan timbul karena adanya rasa lelah yang berlebihan terhadap tuntutan pekerjaan sehingga memberikan beraneka dampak, antara lain: adanya kelelahan, perasaan kemampuan diri yang rendah, tidak percaya diri, stres dsb. Tentunya dalam menjalankan profesi sebagai guru, seseorang pernah mengalami kelelahan secara fisik maupun psikis. Kesulitan, hambatan dan tantangan yang dihadapi oleh guru dapat memicu adanya rasa tidak nyaman, tegang dan perasaan tertekan sehingga berdampak stress terhadap pekerjaan. Stress pada guru yang berkepanjangan akan memiliki dampak.

Jika stres terjadi terus-menerus maka akan terjadi suatu kejenuhan (*burnout*). Masalah pada tuntutan kewajiban yang berlebihan merupakan faktor dari pekerjaan yang dapat berdampak untuk menimbulkan *burnout*. Menurut hasil survei yang pernah dilakukan, menunjukkan bahwa 50% - 70% guru di negara-negara Asia terindikasi oleh *burnout* (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Guru yang mengalami

burnout, akan menimbulkan dampak di tempat kerja dan akan berpengaruh pada performa kerjanya.

Hal itu tidak hanya berdampak negatif pada diri sendiri tapi juga dapat dirasakan oleh rekan kerja maupun peserta didik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ekawanti & Mulyana (2016) menunjukkan bahwa pada 35 guru di salah satu disekolah Sidoarjo menunjukkan tanda-tanda *burnout*. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Rahmi & Nio (2021) yang mengatakan bahwa dari 50 guru di kota Solok, 78% diantaranya mengalami *burnout* kategori sedang dan 14% diantaranya mengalami gejala *burnout* kategori tinggi.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Putra (2021) yang mengatakan dari 87 guru di sekolah dasar di kota Sidoarjo menunjukkan bahwa 51 (58,6%) diantaranya mengalami *burnout* kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *burnout* pada guru yang ada di sekolah di Indonesia masih sering terjadi. Kristanti mengemukakan *burnout* akan memiliki dampak terhadap pribadi guru yaitu kelelahan terhadap psikis dan sikap yang negatif dalam menyelesaikan pekerjaan (Cahyani, 2019). *Burnout* yang terjadi tentunya akan berimbas dalam minat kerja seorang guru, kinerja tersebut akan semakin menyusut dan dapat membangkitkan guru untuk melakukan tindakan - tindakan anarkis.

Berdasarkan hasil paparan diatas, dibutuhkan kemampuan diri untuk mengatasi kesulitan–kesulitan yang dihadapi oleh individu. Karena dengan kemampuan, individu dapat mengatasi situasi serta mengurangi kejenuhan terhadap pekerjaannya. Secara umum, *burnout* memiliki tiga

dampak yaitu *fretenic*, *underchallenged* dan *worn-out* (Nelma, 2019). *Fretenic* mengacu pada kecemasan terhadap penilaian orang lain dan mudah marah, *underchallenged* mengacu pada kurangnya motivasi dalam bekerja sehingga mengerjakan tugas seadanya, kurangnya pengembangan personal dan adanya pikiran untuk pindah kerja, dan *worn-out* mengacu pada depresi.

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* yaitu keterlibatan dengan penerima pelayanan, lingkungan kerja, faktor individu dan faktor sosial budaya . *Burnout* yang banyak terjadi dan dialami oleh guru, berdampak pada kinerja guru ketika mengajar tentunya tidak akan maksimal karena dampak negatif yang timbul akibat dari *burnout* tersebut. Hal tersebut juga akan mempengaruhi hasil belajar para siswa, karena kinerja guru memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa (Asmawati, 2017). Sehingga fenomena *burnout* pada guru sangat penting untuk diteliti sehingga dapat diketahui hal apa yang dapat menurunkan terjadinya *burnout* pada guru.

Munculnya kejenuhan (*burnout*) pada guru akan memberi dampak negatif, sehingga dibutuhkan resiliensi karena resiliensi memiliki peran sangat penting. Oleh karena itu, guru yang mengajar dengan tingkat beban tinggi membutuhkan kemampuan resiliensi guna untuk bertahan dalam keadaan sulit (Moriarty, Danaher dalam Diah dan Pradna, 2012). Resiliensi ialah kapasitas dalam mempertahankan suatu kemampuan agar dapat berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stressor kehidupan (Kaplan dkk., 1996; Egeland dkk., 1993, dalam VanBreda, 2001).

Seseorang yang memiliki resiliensi yang baik dapat menghadapi segala sesuatu yang terjadi dan terhindar dari adanya fenomena *burnout*. Sebaliknya, seseorang yang memiliki resiliensi rendah akan merasa tidak tahan dan cenderung tertekan dengan keadaan. Resiliensi akan tampak ketika seseorang menghadapi pengalaman yang sulit dan tahu bagaimana menghadapi atau beradaptasi dengannya (Utami & Helmi, 2017).

Dari penjabaran di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa resiliensi yaitu kemampuan seseorang dalam bertahan menghadapi kesulitan dan beradaptasi terhadap keadaan. Maka resiliensi perlu dibangun dan ditingkatkan untuk meminimalisir tingkat kejenuhan (*burnout*) pada pekerjaan khususnya bagi profesi guru. Karena dengan meningkatkan resiliensi, seseorang memiliki kondisi emosi yang positif dan akan terhindar dari stres. Berdasarkan fenomena mengenai *burnout* pada guru yang telah dijabarkan, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian resiliensi terhadap *burnout* pada guru di SMA Negeri 1 Grogol. Penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah ada pengaruh resiliensi terhadap *burnout* yang terjadi pada guru.

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang di atas, tentunya dalam bekerja guru pernah mengalami lelah atau kejenuhan dalam pekerjaannya yang akan menimbulkan dampak. Maka dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui apakah ada pengaruh resiliensi terhadap *burnout* pada guru – guru di SMA Negeri 1 Grogol Kediri

C. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan

Berlandaskan rumusan masalah di atas, adapun tujuan yang terdapat dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh resiliensi terhadap *burnout* pada guru-guru di SMA Negeri 1 Grogol.

2. Manfaat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberi referensi dan wawasan terkait resiliensi dan kejenuhan (*burnout*).

a. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan pandangan tentang bidang Psikologi terkait dengan Resiliensi Diri dan Kejenuhan guru dalam pekerjaan

b. Manfaat Praktis

Manfaat yang terdapat dalam penelitian ini yaitu memberikan wawasan dan masukan bagi sekolah – sekolah, khususnya bagi para guru di SMA Negeri 1 Grogol Kediri dalam meningkatkan resiliensi pada guru agar dapat meminimalisir tingkat kejenuhan (*burnout*) terhadap tuntutan pekerjaan profesi guru.

D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Berdasarkan acuan literatur dan keterkaitan teori dengan tema yang selaras pada penelitian terdahulu. Berikut uraian perbedaan penelitian- penelitian sebelumnya :

1. Rahmi & Nio

Rahmi dan Nio (2021) melakukan penelitian tentang pengaruh *burnout* pada guru di kota Solok dengan tajuk kejenuhan kerja (*burnout*) pada guru sekolah di kota Solok. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana *burnout* memiliki pengaruh terhadap guru di kota Solok tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti memanfaatkan metode deskriptif untuk memberikan gambaran terkait fakta ataupun fenomena permasalahan dalam penelitian.

Perbedaan pada penelitian ini dan penelitian sekarang adalah pada variabel, penelitian terdahulu menggunakan satu variabel yaitu *burnout*. Sedangkan penelitian sekarang *burnout* menjadi variabel dependen (Y), dan variabel independen menggunakan resiliensi (X). Subjek penelitian adalah 50 orang guru dengan memakai metode *purposive sampling*. Teknik yang dipakai untuk mengumpulkan data penelitian ini yaitu menggunakan data primer yaitu penyebaran kuisisioner melalui media *WhatsApp*. Untuk mengukur variabel *burnout*, kuisisioner menggunakan skala likert dan alat ukur skala dari Maslach yaitu *burnout Inventory* (MBI).

2. Putra & Utami

Penelitian yang dilakukan oleh Putra & Utami menggunakan rancangan penelitian kuantitatif korelasional dengan mengambil

sebanyak 110 guru dari enam sekolah dasar yang menerapkan *fullday* di kecamatan Sukodomo. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu penggunaan teknik *quota sampling* dengan melibatkan 87 guru sebagai *sample*. Untuk mengukur variabel *burnout*, kuisisioner menggunakan skala likert dan alat ukur skala dari Maslach yaitu *burnout Inventory* (MBI). Penelitian sekarang memakai metode kuantitatif dengan memanfaatkan pendekatan studi kausal, yang artinya dalam penelitian terkait, menganalisis hubungan sebab akibat antar variabel