

BAB I

PENDAHULUAN

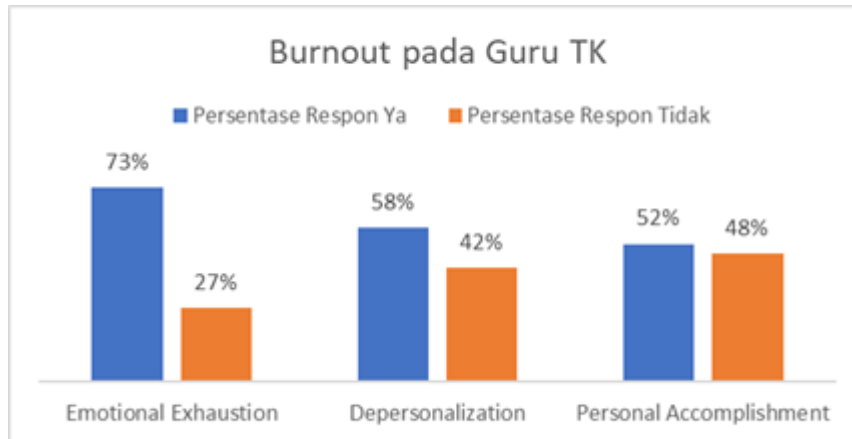
A. Latar Belakang

Tantangan yang terus meningkat dalam dunia pendidikan sering kali membuat guru menghadapi tekanan yang berat hingga akhirnya mengalami *burnout*. Guru yang mengalami *burnout* ditandai dengan kelelahan emosional, menarik diri dari interaksi sosial, penurunan motivasi, mudah marah, kehilangan minat terhadap pekerjaan, kesulitan berkonsentrasi, serta merasa tidak efektif atau tidak kompeten dalam menjalankan tugas (Maslach & Leiter, 2016). Menurut survei yang dilakukan oleh RAND Corporation (2022) menunjukkan bahwa sebanyak 59% guru mengalami *burnout* dalam pekerjaannya. Kondisi ini tidak hanya berdampak negatif pada kesehatan mental guru, tetapi juga mempengaruhi kualitas pengajaran serta kesejahteraan siswa di kelas (Alvi, 2021). Penelitian *burnout* pada guru TK di Kabupaten Sidoarjo ditemukan bahwa guru TK mengalami kelelahan fisik dan emosional akibat tuntutan pekerjaan yang tinggi, sehingga menurunkan motivasi dan kepuasan kerja mereka secara signifikan (Yulianti & Dewanti, 2024). Menurut Maslach & Jackson (2018, dalam Purba et al., 2007), *burnout* adalah kondisi berupa kelelahan emosional, depersonalisasi, dan menurunnya rasa pencapaian diri (*personal accomplishment*) yang dihadapi oleh setiap pekerja di bidang pelayanan atau profesi sejenis.

Mengacu pada fenomena tersebut, penulis berkeinginan untuk menelaah lebih lanjut mengenai apakah terdapat *burnout* pada guru TK di Kota Malang melalui survei. Survei dilakukan pada bulan Oktober 2024 yang melibatkan 33 guru TK. Berikut tabel diagram hasil survei pra penelitian yang telah dilakukan:

Gambar 1

Hasil Survei Pra Penelitian Burnout pada Guru TK di Kota Malang



Hasil survei menunjukkan bahwa didapati guru TK di Kota Malang terindikasi *burnout* yang terlihat pada diagram hasil survei pra penelitian. Pada diagram tersebut terlihat persentase yang tinggi dalam seluruh aspek *burnout* menurut Maslach, yaitu sebanyak 73% guru TK mengalami kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), 58% guru TK mengalami depersonalisasi (*depersonalization*) atau sikap sinisme terhadap orang lain, dan 52% guru TK mengalami penurunan pencapaian pribadi (*personal accomplishment*). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar partisipan dalam hal ini guru TK di Kota Malang terindikasi memiliki masalah *burnout*.

Guru dituntut agar senantiasa berada dalam keadaan fisik maupun mental yang baik. Ketika menjalankan perannya tersebut, guru dapat mengalami kelelahan fisik, mental dan emosional atau juga disebut sebagai *burnout* yang diakibatkan oleh beban tugas yang tidak sesuai dengan sumber daya yang ada (Meilina et al., 2022). *Burnout* memiliki dampak besar pada kesehatan dan kesejahteraan guru. Selain itu, *burnout* pada guru juga dapat mengakibatkan penurunan kualitas pengalaman belajar peserta didik. Guru yang tidak mampu mengelola stres dan kelelahan dapat menghambat proses belajar mengajar,

memperburuk interaksi sosial dengan siswa, dan menurunkan motivasi dalam pekerjaan. Guru yang sehat secara mental dan emosional berkontribusi pada lingkungan belajar yang lebih positif dan produktif.

Burnout yang dialami oleh guru merupakan hasil dari beragam penyebab, seperti beban kerja yang berat dan tuntutan tugas yang melebihi kapasitas mereka, kurangnya dukungan sosial dari rekan kerja maupun atasan, serta karakteristik pribadi seperti rendahnya rasa percaya diri dalam mengelola stres (Hatimah & Muqarrama, 2024; Palupi & Pandjaitan, 2022). Faktor lain yang turut berperan adalah aspek demografis seperti usia dan jenis kelamin, kondisi lingkungan kerja yang kurang kondusif, serta pandangan negatif terhadap kurikulum dan lingkungan sekolah (Jurnal P3K, 2023; Suwanto & Supriyadi, 2019). Selain itu, konflik interpersonal dan masalah pribadi di tempat kerja juga memperburuk kelelahan emosional yang dialami guru (Meilina et al., 2022). Oleh karena itu, penting sekali untuk memahami berbagai faktor ini demi menyusun strategi yang efektif dalam mencegah dan mengatasi *burnout* pada guru.

Salah satu aspek yang berperan dalam mengurangi tingkat *burnout* pada guru adalah dukungan sosial rekan kerja. Dukungan sosial dari rekan kerja dapat mengurangi tingkat *burnout* pada guru dengan memperkuat ketahanan emosional mereka dan menciptakan suasana kerja yang lebih kondusif (Purba et al., 2007). Dukungan sosial rekan kerja adalah bentuk bantuan emosional, informasi, dan praktis yang diperoleh dari kolega di lingkungan kerja, sehingga individu merasa dihargai, diperhatikan, dan didukung dalam menghadapi tekanan pekerjaan (Fauzan & Sovitriana, 2022). Menurut penelitian Purba et al (2007) guru yang memiliki dukungan sosial dari rekan kerja dapat mengalami pengurangan stres kerja dan memiliki ketahanan yang lebih baik terhadap *burnout*. Oleh karena itu,

dukungan sosial rekan kerja memiliki peran penting dalam mengurangi *burnout* pada guru serta dapat memperkuat ketahanan emosional dalam menghadapi tuntutan pekerjaan.

Melalui penelitian *burnout* pada tenaga pendidik selama masa pandemi menunjukkan hasil bahwa ada kontribusi yang signifikan dalam menurunkan tingkat *burnout* pada tenaga pendidik yang harus beradaptasi dengan perubahan metode pengajaran selama pandemi (A. N. Putri, 2022). Penelitian *burnout* pada perawat menunjukkan bahwa semua bentuk dukungan sosial memiliki pengaruh negatif terhadap *burnout*, dengan dukungan *companionship* memiliki kontribusi terbesar dalam menurunkan tingkat *burnout* (Asri et al., 2023). Hasil analisis pada penelitian *burnout* pada anggota polisi di Polda Bengkulu menyatakan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan dengan dukungan sosial rekan kerja berperan dalam menurunkan kecenderungan *burnout* (R. A. P. Putri, 2021).

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya kontribusi yang signifikan dan hubungan yang negatif antara dukungan sosial rekan kerja dan *burnout*. Penelitian sebelumnya menghasilkan temuan yang sejalan, namun terdapat beberapa kesenjangan yang dapat diidentifikasi yaitu minimnya penelitian di bidang pendidikan anak usia dini (PAUD). Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada tenaga medis, pekerja sosial, dan aparat keamanan. Sehingga hal ini mendorong penulis untuk menguji ulang kedua variabel tersebut dengan memfokuskan pada populasi guru TK di Kota Malang. Guru TK di kota Malang dipilih sebagai populasi penelitian karena berdasarkan survei awal yang menunjukkan 33 partisipan terindikasi mengalami *burnout* dalam pekerjaannya.

Berdasarkan uraian latar belakang, data lapangan, teori serta penelitian terdahulu, penelitian lebih lanjut mengenai *burnout* pada guru TK dianggap penting untuk membantu mengurangi tingkat *burnout* dan memaksimalkan proses belajar mengajar. Oleh sebab itu, penulis bermaksud melakukan penelitian berjudul **“Pengaruh Dukungan Sosial Rekan Kerja terhadap *Burnout* pada Guru TK di Kota Malang”**.

B. Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang masalah yang telah disajikan, maka masalah penelitian ini dirumuskan sebagai apakah terdapat pengaruh dukungan sosial rekan kerja terhadap *burnout* pada guru TK di Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial rekan kerja terhadap *burnout* pada guru TK di Kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan ilmu psikologi, terutama pada bidang psikologi industri dan organisasi, serta menambah hasil penelitian yang sudah ada. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan studi dengan pendalaman lebih lanjut terkait pengaruh dukungan sosial rekan kerja terhadap *burnout*, khususnya dalam bidang pendidikan usia dini.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diproyeksikan memberikan kontribusi nyata dalam bentuk

manfaat-manfaat berikut:

a. Bagi Guru TK

Penelitian ini dapat menyajikan pemahaman mengenai pentingnya dukungan sosial dari rekan kerja dalam mengurangi tingkat *burnout*, sehingga guru dapat lebih aktif membangun hubungan sosial yang positif di lingkungan kerja.

b. Bagi Lembaga Pendidikan

Studi ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pihak pengelola TK untuk menciptakan lingkungan kerja yang suportif dan kolaboratif, guna meningkatkan kesejahteraan psikologis guru dan menurunkan risiko *burnout*.