

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan sangat penting dalam mempersiapkan dan mengembangkan Sumber Daya Manusia (SDM) yang handal (Alpian, Anggraeni, Winarti, & Sholeha, 2019). Dalam berjalannya proses pendidikan, terdapat satu tenaga profesional yang berperan penting dalam menciptakan sumber daya yang berkualitas yakni guru (Herwanto & Rustina, 2016). Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan usia dini, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah jalur pendidikan formal, maka dari itu peran guru sangat penting untuk bangsa agar bisa mendapatkan ilmu yang bermanfaat karena seorang guru akan menyampaikan ilmu yang ia miliki dengan sepenuh hatinya.

Sekolah merupakan tempat kegiatan belajar mengajar yang efektif dimana para guru berperan penting dalam menciptakan strategi yang kreatif dan inovatif untuk mengembangkan Sumber Daya Manusia (SDM) (Triwardhani, Trigartanti, Rachmawati, & Pratama, 2020). Salah satu sekolah yang menerapkan strategi yang kreatif adalah sekolah Al-Fath Cirendeuh dimana model pembelajaran yang dipakai yaitu *Active Learning*. Salah satu kunci keberhasilan dari metode ini yaitu guru di sekolah Al-Fath membangun suasana belajar yang menyenangkan melalui

gerak, lagu, rhymes, dan permainan yang berkaitan dengan materi yang juga sebagai sarana memberdayakan semua potensi dan indera peserta didiknya.

Guru merupakan orang yang memfasilitasi proses peralihan ilmu pengetahuan dari sumber belajar ke peserta didik (Chotimah & Sari, 2008). Profesi sebagai guru banyak diminati dalam bidang pendidikan baik untuk wanita maupun pria. Di Indonesia, guru yang berjenis kelamin wanita lebih banyak dibandingkan dengan guru yang berjenis kelamin pria. Berdasarkan presentase data dari Kemendikbud dan Kemenag tahun 2020 jumlah guru berjenis kelamin wanita sebanyak 69,98% dan guru berjenis kelamin pria sebanyak 30,02% dengan total keseluruhan guru di Indonesia sebanyak 4.107.465. Seiring dengan hal tersebut, profesi sebagai guru memang dianggap cocok untuk kaum wanita karena naluri seorang wanita sebagai pengasuh anak.

Wanita yang bekerja sebagai guru termasuk ke dalam era saat ini yaitu terjadinya perubahan secara demografis pada angkatan kerja di berbagai negara dengan bertambahnya kaum wanita yang bekerja, salah satu negaranya yaitu Indonesia (Yuliviona, 2014). Guru wanita yang sudah menikah dan memiliki anak dianggap mempunyai peran ganda, yaitu sebagai ibu dan istri sekaligus sebagai pekerja (Khilmiyah, 2012). Banyak alasan yang melatarbelakangi para guru wanita memilih menjadi peran ganda seperti membantu suami mencari tambahan penghasilan agar meningkatkan keadaan ekonomi rumah tangga, mencoba mengembangkan mengaktualisasikan diri mereka dan menggunakan keterampilan dan pengetahuan yang mereka dapatkan setelah mengenyam pendidikan tinggi (Parlagutan & Pratama, 2017).

Pekerjaan sebagai guru bagi seorang wanita dapat memberikan dampak positif maupun negatif (Pratiwi, 2018). Dampak positifnya adalah dengan pekerjaannya, seorang guru wanita bisa lebih mengerti ilmu dasar psikologis, meneladani dan menginspirasi murid-murid. Selain itu juga membantu suami dalam hal finansial dan mencari penghasilan yang layak untuk menghidupi diri dan keluarganya, dampak negatifnya yaitu terdapat banyak tuntutan pekerjaan yang mengakibatkan kelelahan sehingga ia tidak memiliki energi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan keluarganya dan mengalami stres (Sabuhari, Soleman, & Zulkifly, 2016). Terdapat dua tuntutan yang harus dipenuhi oleh ibu yang berprofesi sebagai guru ini, yang pertama adalah tuntutan pekerjaan yang mengharuskan seorang guru bekerja secara profesional dalam tugas utamanya sebagai pendidik dan pengajar, di sisi lain terdapat tuntutan keluarga dimana peran wanita sebagai ibu rumah tangga menuntutnya untuk mampu merawat anak, melayani suami serta bertanggung jawab terhadap semua kebutuhan anggota keluarganya (Sabuhari, Soleman, & Zulkifly, 2016).

Tuntutan yang harus dipenuhi sebagai guru, ia bertugas untuk bertanggung jawab penuh dalam pekerjaannya yaitu melakukan kegiatan belajar mengajar kepada peserta didiknya (Sabuhari, Soleman & Zulkifly, 2016). Kegiatan belajar mengajar tersebut tentunya tidak selalu berjalan sesuai keinginan, terlebih pada kondisi pandemi Covid-19 saat ini seluruh kegiatan belajar mengajar dilaksanakan *Work From Home* (WFH). Kegiatan belajar mengajar berlangsung menggunakan *video conference* setiap harinya, perubahan cara kerja tersebut akan menjadi masalah yang cukup besar bagi istri khususnya yang sudah mempunyai anak

(Retnowati, Aprianti, & Agustina, 2020). Banyak permasalahan yang dihadapi guru di Sekolah Al-Fath Cirendeudeu seperti diperlakukan tidak baik dengan peserta didiknya, tidak diperhatikan saat mengajar, perbedaan pendapat dengan teman seprofesinya yang menimbulkan konflik, dan menerima keluhan dari orang tua

Selain memenuhi tuntutan sebagai pekerja, guru wanita berperan ganda ini harus memenuhi tuntutannya sebagai ibu sekaligus istri di dalam keluarganya, seperti mengurus anak, melayani suami dan mengerjakan pekerjaan rumah yang harus dipenuhinya, namun permasalahan yang dialami saat bekerja membuat ia terlanjur kelelahan, mudah marah dan menjadi kurang maksimal dalam memenuhi tuntutannya sebagai ibu dan istri (Parlagutan & Pratama, 2017). Permasalahan tersebut akan menimbulkan tekanan baginya tetapi dampak dari tekanan tersebut tidak secara langsung akan terlihat, tapi kenyataannya tekanan tersebut mempengaruhi kondisi psikologis (Wulandari & Dwiyanti, 2014). Hal tersebut akan mengarah pada stres. Stres tidak secara langsung memberikan akibat saat itu juga, walaupun banyak diantaranya yang segera memperlihatkan manifestasinya tetapi ada juga yang bermanifestasi setelah beberapa hari, minggu bahkan bulan (Anaroga, 2009). Manifestasi stres yang dirasakan oleh guru wanita tersebut merupakan manifestasi stres kerja yakni mudah marah, tidak bersemangat, dan munculnya perasaan kecewa (Wulandari & Dwiyanti, 2014).

Menurut Handoko (2011) stres adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang. Stres juga merupakan respon adaptif terhadap situasi yang dirasakan sebagai tantangan dan ancaman terhadap kesehatan seseorang, respon adaptif seseorang dapat dilihat dari

reaksi psikologis dan reaksi fisiknya (McShane & Von Glinow, 2005). Stres kerja merupakan suatu respon adaptif, stres kerja yang dialami oleh guru wanita berperan ganda merupakan dampak psikologis yang terjadi karena adanya kedua tuntutan yang bertentangan, tuntutan tersebut antara memenuhi tanggungjawab sebagai pekerja dan tanggungjawab sebagai ibu sekaligus istri dalam rumah tangga (Sabuhari, Soleman, & Zulkifly, 2016).

Menurut Robbins dan Judge (2015) Stres Kerja adalah suatu tanggapan dalam menyesuaikan diri yang dipengaruhi oleh perbedaan individu dan proses psikologis sebagai konsekuensi dari tindakan. Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi proses berpikir, emosi, dan kondisi seseorang, hasilnya stres yang terlalu berlebihan dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan dan pada akhirnya akan mengganggu pelaksanaan tugas-tugasnya (Handoko, 2011). Lebih lanjut, Luthans (2014) mengatakan bahwa stres kerja merupakan suatu tanggapan dalam menyesuaikan diri yang dipengaruhi oleh perbedaan individual atau proses psikologis yakni suatu konsekuensi dari setiap tindakan lingkungan, peristiwa yang terlalu banyak menuntut hal-hal di luar batas kemampuan fisik dan psikologis individu. Stres kerja yang dialami tidak lepas dari interaksi pada lingkungannya, lingkungan sekitar dalam proses interaksi tersebut.

Robbins dan Judge (2015) menyebutkan ada tiga aspek stres kerja, yaitu: a) Gejala Fisiologis bahwa stres dapat menciptakan perubahan dalam metabolisme, meningkatkan laju detak jantung, dan pernapasan, menimbulkan sakit kepala, dan menyebabkan serangan jantung. b) Gejala Psikologis, stres yang berkaitan dengan

pekerjaan dapat menyebabkan ketidakpuasan dalam bekerja, dan dalam bekerja muncul ketegangan, kecemasan, mudah marah, kebosanan, konsentrasi berkurang dan menunda-nunda pekerjaan. c) Gejala Perilaku, mencakup perubahan dalam kebiasaan hidup, gelisah, merokok, nafsu makan berlebihan, dan gangguan tidur.

Pratiwi (2018) dalam penelitiannya dengan pengambilan data menggunakan kuesioner terbuka pada 118 guru wanita di wilayah Solo Raya menghasilkan data presentase yaitu faktor yang menyebabkan stres adalah beban ketika tugas dari rumah dan sekolah muncul secara bersamaan sebanyak 55% dengan 65 subjek, lalu faktor yang lain yaitu kesulitan membagi waktu sebanyak 61% dengan 72 subjek. Gejala psikis yang muncul karena stres yaitu merasa sedih dengan presentase 25% dengan 30 subjek. Kondisi fisik yang dirasakan subjek saat stres yaitu mudah capek atau lelah dengan presentase 33% dengan 39 subjek.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, peneliti kemudian mengambil data awal dengan wawancara *online* melalui aplikasi *WhatsApp* pada tanggal 3 April 2021 pada lima guru wanita yang mengajar di sekolah Al-Fath Cirendeu berdasarkan tiga aspek dari Robbins dan Judge (2015). Dari hasil wawancara, lima subjek mengalami sakit kepala dan laju detak jantung yang cepat ketika mengalami tekanan karena pekerjaan belum selesai dan urusan rumah juga belum selesai, hal ini sesuai dengan aspek gejala fisiologis. Pada aspek gejala psikologis, ketiga dari lima informan menyatakan bahwa informan menjadi mudah marah ketika mendapat permasalahan dari salah satu tuntutan yaitu tuntutan pekerjaan maupun tuntutan dari keluarga, ketiga dari lima informan tersebut lebih banyak mendapat permasalahan di sekolah yang menyebabkan sesampainya di rumah menjadi

mudah marah pada anggota keluarganya terutama anak-anaknya. Selain mudah marah, kelima informan juga menunda pekerjaan saat dirinya mengalami tekanan. Pada aspek selanjutnya yaitu gejala perilaku, keempat dari lima informan mengalami tekanan dari permasalahan yang terjadi dan menyebabkan gangguan tidur, keempat informan sulit sekali untuk tidur nyenyak yang mengakibatkan sakit kepala.

Berdasarkan data umum dan data khusus diatas, dapat disimpulkan bahwa guru wanita bisa mengalami kondisi stres, faktor yang sangat mempengaruhi stres para guru wanita ialah beban ketika tugas dari rumah dan sekolah muncul secara bersamaan dan kesulitan untuk membagi waktunya dengan gejala-gejala yang dialami nya saat stres adalah gejala psikis yaitu mudah marah dan sedih, gejala yang kedua yaitu fisik menjadi mudah lelah dan sakit kepala. Gejala yang ketiga yaitu gejala perilaku menjadi sulit tidur nyenyak. Kondisi stres tidak seharusnya dialami oleh para guru wanita karena bisa mempengaruhi kondisi psikis, fisik, kognitif, dan perilaku, hal tersebut juga akan mempengaruhi perilaku para guru wanita saat mengajar dihadapan anak didiknya (Pratiwi, 2018).

Guru wanita yang sudah menikah dan memiliki anak dituntut untuk bekerja secara profesional dalam tugas utamanya sebagai pendidik dan pengajar, tetapi di sisi lain peran wanita tersebut sebagai ibu rumah tangga juga menuntutnya untuk mampu merawat anak, melayani suami serta bertanggung jawab terhadap semua kebutuhan anggota keluarganya. Namun demikian pada kenyatannya kedua peran yang dijalani tidak berjalan dengan baik (Pratiwi, 2018).

Menurut Robbins dan Judge (2015) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres kerja yaitu : a) Faktor lingkungan yaitu ketidakpastian lingkungan akan mempengaruhi level stres di antara karyawan di dalam organisasinya, ketidakpastian merupakan alasan terbesar orang-orang yang memiliki permasalahan dalam mengatasi perubahan organisasional, terdapat tiga tipe ketidakpastian lingkungan yang utama yaitu ekonomi, politik, dan teknologi, faktor kedua yaitu b) Faktor organisasional, terdapat tiga tuntutan dalam faktor organisasional meliputi tuntutan tugas, tuntutan peran, dan tuntutan interpersonal. Faktor ketiga yaitu c) Faktor pribadi, faktor ini mencakup permasalahan keluarga, permasalahan ekonomi pribadi dan karaktersistik kepribadian yang inheren. Dari faktor-faktor tersebut, maka peneliti memilih untuk menggunakan faktor permasalahan keluarga sebagai variabel bebas yang kemudian lebih diperjelas menjadi *work-family conflict*. Hal ini dikarenakan *work-family conflict* bisa mempengaruhi terjadinya stres kerja (Agustina & Sudibya, 2018). *Work-family conflict* terjadi karena adanya tekanan dari salah satu tuntutan mempengaruhi tuntutan lainnya, hal tersebut menyebabkan stres kerja karena guru wanita berperan ganda tidak bisa mengatasi konflik yang ada dan menyebabkan ia tidak bisa bekerja secara optimal.

Hal ini didukung dengan hasil wawancara *online* melalui aplikasi *WhatsApp* pada tanggal 5 sampai 6 May 2021 kepada lima guru wanita yang bekerja di sekolah Al-Fath Cirendeu dengan menggunakan aspek-aspek *work-family conflict* yang dijelaskan Greenhaus dan Beautell (dalam Herwanto & Rustina, 2016). Pada aspek *time-based conflict*, diperoleh tiga dari lima informan mengatakan sulit

untuk menentukan waktu antara mengutamakan pekerjaan atau keluarga terutama pada kondisi pandemi saat ini, tugas yang harus dikerjakan untuk mengajar dari rumah lebih banyak dibandingkan saat mengajar dari sekolah, hal ini memakan waktu lebih untuk pekerjaan dan mengurangi waktu kumpul bersama keluarga. Aspek kedua yaitu *strain-based conflict*, kedua informan mengatakan ada kecemasan terhadap ketidakterbukaan antara suami dan dirinya mengenai pekerjaannya, karena pekerjaan yang lebih banyak dari biasanya membuat suami khawatir mereka tidak bisa mengurus anak dengan baik. Pada aspek ketiga yaitu *behavior-based conflict* kelima informan mengatakan lebih baik menjadi ibu rumah tangga saja fokus mengurus keluarga. Hasil penelitian Suryani, Sarmawa, dan Wardana (2014) mengungkapkan bahwa *work-family conflict* berkorelasi dengan stres kerja, oleh karena itu, *work-family conflict* menjadi variabel bebas dalam penelitian ini.

Greenhaus dan Beutell (dalam Herwanto & Rustina, 2016) mendefinisikan *work-family conflict* merupakan bentuk konflik antar peran dimana tekanan-tekanan peran pekerjaan dan keluarga saling tidak selaras. Lebih lanjut Baltes dan Heydens-Gahir (2003) mendefinisikan *work-family conflict* adalah bentuk konflik peran pada saat tuntutan dari pekerjaan mengganggu kehidupan rumah tangga maupun tuntutan dari kehidupan berkeluarga mengganggu pekerja (Spector, 2008). *Work-family conflict* dapat terlihat dari gejala psikologis seperti gelisah, cemas, merasa bersalah, dan frustrasi Burke dan Greenglass (dalam Hardiani, 2020).

Menurut Greenhaus dan Beutell (dalam Herwanto & Rustina, 2016) mengatakan terdapat tiga aspek *work-family conflict* yaitu: a) *Time-based conflict*

(Konflik berdasarkan waktu), konflik ini terjadi karena waktu yang digunakan dalam satu peran (keluarga atau pekerjaan) tidak dapat digunakan untuk peran yang lain (keluarga atau pekerjaan). Aspek kedua yaitu b) *Strain-based conflict* (Konflik berdasarkan ketegangan), konflik ini terjadi karena tuntutan terhadap waktu dan tenaga terlalu besar untuk melakukan perannya secara memadai sehingga berakibat pada kualitas hidup secara keseluruhan. Aspek yang ketiga yaitu c) *Behavior-based conflict* (Konflik berdasarkan perilaku), konflik ini muncul ketika suatu tingkah laku efektif untuk satu peran (keluarga atau pekerjaan) namun tidak efektif digunakan untuk peran yang lain (keluarga atau pekerjaan).

Yuliviona (2014) mengatakan bahwa ketika urusan pekerjaan mencampuri kehidupan keluarga akan menyebabkan tekanan yang terjadi pada individu karena harus mengurangi waktu yang dihabiskan dalam pekerjaan untuk menyediakan lebih banyak waktu untuk keluarga, sebaliknya waktu untuk berkumpul bersama keluarga akan menyebabkan kurangnya waktu yang dibutuhkan dalam menangani urusan pekerjaan. Kedua hal tersebut merupakan sumber potensial terjadinya stres kerja (Judge, Boudreau, & Bretz, 1994).

Robbins dan Judge (2015) mengemukakan bahwa permasalahan keluarga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan stres kerja, *work-family conflict* termasuk kedalam permasalahan keluarga yang menyebabkan individu mengalami stres kerja. Dengan mengalami stres kerja pada guru wanita, maka guru wanita akan mengalami berbagai gejala yang kurang nyaman sehingga tidak dapat bekerja secara optimal. Gejala yang dialami bisa merupakan gejala fisiologis yaitu

sakit perut, mudah lelah, sakit kepala dan keluar keringat dingin, sedangkan untuk gejala psikologis ditandai dengan merasa tegang, gugup, cemas, bosan dan tidak puas dengan hasil pekerjaannya serta gejala perilaku seperti nafsu makan berubah, mudah marah, sering absen sehingga guru wanita tersebut tidak dapat bekerja secara optimal.

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah yang diambil oleh peneliti adalah apakah ada hubungan antara *work-family conflict* dengan stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

A. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *work-family conflict* dengan stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu

B. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian secara garis besar penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan penting terhadap ilmu psikologi, khususnya ilmu psikologi industri dan organisasi, serta memperkaya kepustakaan yang sudah ada sebelumnya dengan mengungkap lebih jauh tentang *work-family conflict* yang mempengaruhi stres kerja pada guru wanita.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan upaya untuk mengurangi stres kerja pada guru wanita, sehingga diharapkan guru wanita bisa menelaraskan peran antara sebagai wanita karir dengan ibu didalam keluarga dapat dijalankan dengan baik dan diberikan dukungan secara emosional oleh keluarga.