**HUBUNGAN ANTARA *WORK-FAMILY CONFLICT* DENGAN STRES KERJA PADA GURU WANITA**

**Oleh :**

**Rayhana Nabila Wijayanti**

***ABSTRACT***

*How women teachers have high work-family conflict and job stress. This research aims to determine the relationship between work-family conflict and job stress of preceptress at Al-Fath School Cirendeu, hypothesis proposed in this research was that there is a positive correlation between work-family conflict with job stress of preceptress at Al-Fath School Cirendeu. Total subjects of this research were 40 subjects with characteristics female gender,married, and have a children. Taking subjects using purporsive sampling with data collected using Job Stress Scale and Work-Family Conflict Scale. Data were analyzed using product moment correlation. Based on the data analysis, the correlation value was 0.803 with p = 0.000 (p <0.005), so that the hypothesis can be accepted. This research also shows the coefficient of determination (R²) 0.645, this shows that the work-family coflict variable provides an effective contribution of 64,5% to the job stres variable and the remaining 35,5% is influenced by other factors not examined in this research. The benefits of this research are expected to provide an effort to reduce job stress on female teachers, so that female teachers able to align their roles as career women with housewife.*

***Keywords:*** *work-family conflict,job stress,women teachers*

**ABSTRAK**

Bagaimana guru wanita memiliki *work-family conflict* dan stres kerja yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *work-family conflict* dengan stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu, hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara *work-family* conflict dengan stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 40 orang dengan karakteristik subjek penelitian ini guru berjenis kelamin wanita, sudah menikah, dan memiliki anak. Pengambilan subjek menggunakan teknik *purposive sampling* dengan data yang dikumpulkan menggunakan Skala Stres Kerja dan Skala *Work-Family Conflict*. Data dianalisis menggunakan korelasi product moment. Berdasarkan analisis data, diperoleh nilai korelasi sebesar 0.803 dengan p = 0.000 (p<0.005), sehingga hipotesis dapat diterima. Penelitian ini juga menunjukkan koefisien determinasi (R²) 0.645, hal tersebut menunjukkan bahwa variabel *work-family conflict* memberikan sumbangan efektif sebesar 64,5% terhadap variabel stres kerja dan sisanya 35,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan upaya untuk mengurangi stres kerja pada guru wanita, sehingga diharapkan guru wanita bisa menyelaraskan peran antara sebagai wanita karir dengan ibu didalam keluarga.

***Kata kunci:*** *work-family conflict, stres kerja, guru wanita*

**PENDAHULUAN**

Guru merupakan orang yang memfasilitasi proses peralihan ilmu pengetahuan dari sumber belajar ke peserta didik (Chotimah & Sari, 2008). 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 mengengah 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. Profesi sebagai guru banyak diminati dalam bidang pendidikan baik untuk wanita maupun pria. Di Indonesia sendiri, 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. Guru wanita yang sudah menikah dan memiliki anak dianggap mempunyai peran ganda, yaitu sebagai ibu dan istri sekaligus sebagai pekerja (Khilmiyah, 2012).

Tuntuntan 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). Selain memenuhi tuntutan sebagai pekerja, guru wanita berperan ganda ini juga 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. Manifestasi stres yang dirasakan oleh guru wanita tersebut merupakan manifestasi stres kerja yakni mudah marah, tidak bersemangat, dan munculnya perasaan kecewa (Wulandari & Dwiyanti, 2014).

Pada hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 3 April 2021 pada 5 guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu, maka didapatkan hasil lima subjek mengalami sakit kepala dan laju detak jantung yang cepat ketika mengalami tekanan karena pekerjaan belum selesai dan urusan rumah juga belum selesai. Ketiga dari lima subjek menyatakan bahwa subjek mejadi mudah marah ketika mendapat permasalahan dari salah satu tuntutan yaitu tuntan pekerjaan maupun tuntutan dari keluarga, ketiga dari lima subjek tersebut lebih banyak mendapat permasalahan di sekolah yang menyebabkan sesampainya dirumah menjadi mudah marah pada anggota keluarganya terutama anak-anaknya. Selain mudah marah, ketiga subjek juga menunda pekerjaan saat dirinya mengalami tekanan. Keempat dari lima subjek mengatakan saat subjek mengalami tekanan dari permasalahan yang subjek alami mengakibatkan gangguan tidur. subjek sulit sekali untuk tidur nyenyak yang mengakibatkan subjek sakit kepala.

Robbins dan Judge (2015) menjelaskan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres kerja yaitu faktor lingkungan, faktor organisasional, dan faktor pribadi yang meliputi permasalahan keluarga, permasalahan ekonomi dan kepribadian inheren. Pada penelitian ini menggunakan *work-family conflict* sebagai variabel bebas, karena *work-family conflict* merupakan bagian dari permasalah keluarga dalam faktor pribadi yang dapat mempengaruhi stres kerja. Hal ini selaras dengan penelitian Parlagutan dan Pratama (2017) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif antara *work-family conflict* dengan stres kerja, terdapat nilai koefisien korelasi sebesar r=0,777 dengan ρ= 0.000, maka dapat diketahui bahwa *work-family conflict* berpengaruh positif terhadap stres kerja, sehingga dapat dikatakan bahwa tingginya *work-family conflict* yang dimiliki oleh guru wanita akan merasakan konflik yang disebabkan karena waktu yang dihabiskan untuk pekerjaan lebih banyak daripada waktu yang dihabiskan untuk mengurus keluarga begitupun sebaliknya, konflik yang dialami akan memicu terjadinya stres kerja yang tinggi dan menyebabkan tidak optimal dalam menyelesaikan tugas masing-masing peran pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Sebaliknya, *work-family conflict* yang rendah tidak akan menyebabkan konflik karena guru wanita bisa menyeimbangkan peran antara jadi pekerja atau ibu dan istri, hal ini juga meminimalisir stres kerja yang terjadi pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *work-family conflict* dengan stres kerja pada wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu.

**METODE PENELITIAN**

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala *Likert*. Skala *Likert* adalah skala sikap yang disusun untuk mengungkapkan sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial. Variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator perilaku. Kemudian indikator tersebut digunakan sebagai acuan dalam menyusun aitem-aitem instrument yang berupa pertanyaan atau pernyataan (Azwar, 2016). Skala *Likert* pada penelitian ini mempunyai 4 (empat) alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pada penilaian pernyataan untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS) memiliki skor 4, pilihan jawaban Sesuai (S) skor 3, pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS) memiliki skor 2, dan untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) memiliki skor 1. Pemberian nilai pada skala dilakukan dengan mengumpulkan skor yang diperoleh subjek.

Skala yang akan digunakan berupa Skala Stres Kerja dan Skala *Work-Family Conflict* dengan aitem *favourable* dan aitem *unfavourable.* Aitem *favourable* yang merupakan pernyataan yang bila disetujui menunjukkan sikap positif terhadap objek sasaran yang memiliki 4 respon jawaban, yaitu Sangat Sering (SS) dengan skor 4, Sering (S) dengan skor 3, Tidak Sering dengan skor 2 , dan Sangat Tidak Sering dengan skor 1. Aitem *unfavorable* yang merupakan pernyataan yang bila disetujui menunjukkan sikap negatif terhadap objek sasaran yang memiliki 4 respon jawaban, yaitu Sangat Sering (SS) dengan skor 1 , Sering (S) dengan skor 2, Tidak Sering (TS) dengan skor 3, Sangat Tidak Sering (STS) dengan skor 4. Pada teknik pengumpulan data akan menggunakan kuisioner online atau *google forms.* Setelah data terkumpul maka akan dianalisis dengan menggunakan metode korelasi *product moment.* Teknik ini digunakan untuk menguji hipotesis antara satu variabel independen dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 2016). Analisis digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan antara *work-family conflict* dengan stres kerja. Dengan menggunakan aplikasi Microsoft Excel dan *SPSS for MacOs 25 Version.*

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data penelitian dari Skala Stres Kerja dan Skala *Work-Family Conflict* akan dikumpulkan untuk memperoleh skor empirik dan skor hipotetik. Deskripsi skor data dari kedua variabel tersebut dapat dilihat pada Tabel 1 berikut ini:

**Tabel 1**

**Deskripsi Data Penelitian**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Variabel | N | Data hipotetik | | | | Data empirik | | | |
|  |  | Mean | Skor | | SD | Mean | Skor | | SD |
|  |  |  | Min | Max |  |  | Min | Max |  |
| Stres Kerja | 40 | 85 | 34 | 136 | 17 | 91.37 | 61 | 121 | 13.645 |
| *WFC* | 40 | 77,5 | 31 | 124 | 15,5 | 76.77 | 53 | 94 | 10.836 |

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *work-family conflict* dengan stres kerja dengan nilai korelasi (гxy) = 0,803 dengan p = 0,000. Adanya korelasi tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan antara *work-family conflict* dengan stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Hal tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa semakin tinggi *work-family conflict* maka akan semakin tinggi stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Sebaliknya semakin rendah *work-family conflict* maka semakin rendah stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Hal ini didukung hasil penelitian Wulandari dan Dwiyanti (2014) mengungkapkan bahwa ada hubungan yang positif antara *work-family conflict* dengan stres. Koefisien determinasi (R2) memberikan sumbangan efektif *work-family conflict* sebesar 64,5%. Sisanya stres kerja dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti sebagai varibel yang berhubungan dengan stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Secara umum penelitian ini menunjukan bahwa terdapat hubungan dan signifikan antara *work-family conflict* dengan stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu, penelitian ini dilakukan pada 40 subjek. Berdasarkan hasil kategorisasi Skala Stres Kerja menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam katagori tinggi sebesar 12,5% (5 subjek), katagori sedang sebesar 82,5% (33 subjek), dan kategori rendah sebesar 5% (2 subjek), sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki Stres Kerja dalam kategori sedang. Hasil kategorisasi Skala *Work-Family Conflict* menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam katagori tinggi sebesar 2,5% (1 subjek), katagori sedang sebesar 90% (36 subjek), dan kategori rendah sebesar 7,5% (3 subjek), sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki *work-family conflict* dalam kategori sedang sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki stres kerja dan *work-family conflict* dalam kategori sedang.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa hipotesis yang telah diajukan diterima. Hal ini dapat dilihat pada hasil uji hipotesis dengan analisis korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi sebesar (rxy) = 0,603 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 (p ˂ 0,050), yang menunjukan bahwa terdapat hubungan positif antara *work-family conflict* dengan stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Hal ini menggambarkan bahwa semakin tinggi *work-family conflict* maka semakin tinggi stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Sebaliknya semakin rendah *work-family conflict* maka akan semakin rendah pula stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Berdasarkan hasil penelitian diketahui variabel *work-family conflict* memberikan kontribusi sebesar 64,5% terhadap variabel stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu. Hal tersebut menunjukkan bahwa *work-family conflict* memberikan pengaruh terhadap stres kerja pada guru wanita di sekolah Al-Fath Cirendeu sebesar 64,5% sedangkan sisanya sebesar 35,5% dipengaruhi oleh variabel lain.

Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor lingkungan, faktor organisasional, dan faktor pribadi sehingga dapat mengetahui seberapa besar kontribusi variabel lain terhadap stres kerja dengan menggunakan subjek dan tempat yang berbeda dengan memperhatikan waktu dan kondisi tempat penelitian.

**DAFTAR PUSTAKA**

Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Chotimah, H., & Sari. Y. D. (2008). *Model-model pembelajaran untuk PTK.* Yayasan Pendidikan Universitas Negeri Malang. SMA Laboratorium UM.

Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Undang-undang Republik Indonesia, nomor 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen*. Jakarta : Depdiknas RI.

Khilmiyah, A. (2012). Stres kerja guru perempuan di kecamatan kasihan bantul yogyakarta. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, 15(2), 135-143.

Robbins & Judge. (2015). *Perilaku organisasi Edisi 16*. Jakarta. Salemba Empat.

Sabuhari, R., Soleman, M. M., & Zulkifly, Z. (2016). Pengaruh work-family conflict terhadap stres kerja (studi kasus pada ibu yang bekerja sebagai guru di kota ternate). *Humano: Jurnal Penelitian*, 7(2), 113-125.

Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.

Parlagutan, M. T., & Pratama, M. Y. (2017). Hubungan work family conflict dengan stres kerja pada perawat wanita di rumah sakit putri hijau medan. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 1(1), 10-15.

Pusat Data dan Teknologi Informasi Kemendikbud (2020). Data jumlah guru di Indonesia. Diakses tanggal 1 May 2021 dari <http://statistik.data.kemdikbud.go.id>

Wulandari, D., & Dwiyanti, R. (2014). Hubungan antara konflik peran ganda dengan stres kerja pada Perawat Wanita yang sudah menikah. *Psycho Idea*, 12(2).