**HUBUNGAN ANTARA KONFLIK PEKERJAAN-KELUARGA DENGAN STRES KERJA PADA IBU YANG BEKERJA SEBAGAI GURU SD**

Mohammad Khoirul Huda

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

14081199mohammadkhoirulhuda@gmail.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stress kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stress kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu guru yang bekerja sebagai guru SD. Subjek penelitian sebanyak 53 orang.Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Skala Konfik Pekerjaan-Keluarga dan Skala Stres Kerja. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis *Pearson Correlation*. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh koefisien korelasi sebesar rxy = -0.435 dengan taraf signifikansi sebesar p = 0.001 (p>0.01), yang berarti ada hubungan positif antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stress kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Ibu guru SD harus memenuhi peran di sekolah dan di rumah sebaik mungkin sehingga ibu guru SD akan merasa puas dengan peran yang dijalaninya. Ketika salah satu peran tidak terpenuhi maka akan muncul konflik pekerjaan-keluarga. Ibu guru SD yang mengalami konflik pekerjaan-keluarga akan merasa lelah karena banyaknya waktu yang dihabiskan pada kedua peran dan akan merasa tertekan karena salah satu peran tidak dapat terpenuhi dengan baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa ibu guru SD mengalami stress kerja. Sumbangan efektif konflik pekerjaan-keluarga terhadap stress kerja sebesar 19% dimana 81% sisanya diperoleh dari faktor lain.

**Kata kunci**: stress kerja, konflik pekerjaan-keluarga, ibu guru SD

***CORRELATION BETWEEN WORK FAMILY CONFLICT WITH WORK STRES IN MOMS WHO WORK AS ELEMENTARY SCHOOL TEACHER***

Mohammad Khoirul Huda

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

14081199mohammadkhoirulhuda@gmail.com

***Abstract***

*This study aims to determine the correlation between work-family conflict and work stress on mothers who work as elementary school teachers. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between work-family conflict and work stress on mothers who work as elementary school teachers. The subjects in this study were teachers who worked as elementary school teachers. The research subjects were 53 people. Data collection was carried out using the Job-Family Conflict Scale and the Job Stress Scale. The data analysis method used is Pearson Correlation analysis. Based on the results of the study, obtained a correlation coefficient of rxy = -0.435 with a significance level of p = 0.001 (p> 0.01), which means there is a positive relationship between work-family conflict and work stress on mothers who work as elementary school teachers. The elementary school teacher must fulfilled the role at school and at home as well as possible so that the elementary school teacher would be satisfied with the role she is in. When one role was not fulfill, there would be a work-family conflict. Mother elementary school teachers who experienced work-family conflict would feel tired because of the large amount of time spent on both roles and would feel depressed because one role cannot be fulfilled properly. This condition showed that elementary school teachers experience work stress*. *The effective contribution of work-family conflict to work stress is 19% where the remaining 81% is derived from other factors.*

***Keywords****: work-family conflict, work stress, mothers who work as elementary school teachers*

**PENDAHULUAN**

Fatmawati, Sakung dan Paudi (2015) tentang pendidikan yang merupakan salah satu investasi sumber daya manusia jangka panjang yang mempunyai nilai strategis bagi kelangsungan peradaban manusia di dunia. Oleh sebab itu, hampir semua Negara menempatkan variabel pendidikan sebagai sesuatu yang penting dan utama dalam konteks pembangunan bangsa dan negara (Marwiyah, 2012). Negara Indonesia yang memprioritaskan pendidikan dalam Rencana Kerja Pemerintah (RKP) yang diputuskan saat Musyawarah Perencanaan Pembangunan Nasional (Musrenbangnas) 2017 yang diselenggarakn oleh Kementerian PPN/Bappenas pada Rabu (26/4) di Hotel Bidakara, Jakarta dalam rangka penyusunan Rencana Kerja Pemerintah (RKP) 2018. Fokus pemerintah dalam dunia pendidikan merupakan bukti penting pendidikan terhadap perkembangan masyarakat. Menurut Nofijantie (2014) salah satu sarana yang dapat memfasilitasi pendidikan untuk mencapai tujuannya adalah lembaga pendidikan formal. Pendidikan formal bersifat lebih mengikat, lebih terarah dan terukur daripada sarana pendidikan yang lain.

Qian Tang sebagai Asisten Direktur Jenderal untuk pendidikan dari The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO) pada saat menyampaikan Global Education Monitoring (GEM) Report 2016 menyampaikan bahwa kesenjangan mutu pendidikan masih menjadi kendala banyak negara, khususnya Indonesia. Kualitas pendidikan erat kaitannya dengan keberhasilan tenaga pendidikan dalam mengimplementasikan kegiatan pendidikan, salah satu tenaga pendidikan yaitu guru (Affandi & Rocmah, 2015). Hanifah (2015) menjelaskan bahwa guru sebagai ujung tombak dalam pelaksanaan pendidikan dan pengajaran di sekolah. Wardhani (2017) berpendapat bahwa guru harus memiliki kepribadian yang dapat dijadikan profil dan idola, seluruh kehidupannya adalah figur paripurna. Sedikit saja guru berbuat yang tidak atau kurang baik, akan mengurangi kewibawaannya dan kharisma pun secara perlahan lebur dari jati diri. Pekerjaan guru memiliki tingkat kompleksitas yang sangat tinggi, sebagian besar dari waktu yang dimiliki guru diabdikan sepenuhnya untuk kepentingan tugas dan pengabdiannya sebagai pendidik, pelatih dan pengajar. (Ekawarna & Sofyan, 2010).

Pendidikan tingkat Sekolah Dasar dinggap sebagai dasar utama dalam kehidupan seseorang. Guru SD bertanggung jawab dalam pencapaian tujuan pendidikan tersebut (Hanifah, 2015). Kohnstam (dalam Jannah, 2015) menamakan masa kanak-kanak akhir atau masa anak sekolah ini dengan masa intelektual, dimana anak-anak telah siap untuk mendapatkan pendidikan di sekolah dan perkembangannya berpusat pada aspek intelek.. Namun pada kenyataannya berdasarkan penelitian Arismunandar dan Ardhana (1998) diketahui bahwa stres kerja dinilai lebih signifikan dialami oleh guru SD dibandingkan dengan guru SMP dan guru SMU.

Narimo dan Suwarjo (2015) berpendapat bahwa kompetensi guru menjadi perhatian terhadap keberhasilan pendidikan. Guru perlu melakukan berbagai persiapan dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran, mulai dari tahap perencanaan hingga tahap evaluasi peserta didik. Kesiapan guru menjadi salah satu hal yang perlu diperhatikan, jika guru merasa tertekan dalam melakukan persiapan untuk kegiatan pembelajaran maka dapat menimbulkan stress kerja. Nobile dan McCormick (dalam Ekawarna & Sofyan, 2010) telah mengutip sembilan hasil penelitian dan menyimpulkan bahwa mengajar merupakan pekerjaan yang sangat stressful dan munculnya stres kerja guru semakin meningkat di dalam dekade akhir-akhir ini.

Luthans (2006) menjelaskan bahwa stress kerja merupakan respon tanggapan terhadap situasi eksternal yang dapat menimbulkan penyimpangan kondisi fisik, kondisi psikologis dan perilaku seseorang. Menurut Robbins (2008) aspek-aspek stres kerja meliputi gejala fisiologis, gejala psikologis, gejala perilaku.

Guru yang mengalami stress kerja tidak dapat menyampaikan materi pelajaran dengan baik. Bahkan tidak menutup kemungkinan bahwa para siswa akan mendapat dampak negatif secara langsung dari perilaku guru yang mengalami stress kerja (Junita, 2011) seperti guru mudah marah kepada muridnya, gugup saat menyampaikan materi pelajaran, dan mudah merasa cemas (Mangkunegara dalam Hanifah, 20015).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Seno pada tahun 1999 yang dilaksanakan di daerah Kabupaten gunung kidul terhadap 200 guru Sekolah Dasar tercatat bahwa 15,5% berada dalam tingkat intensitas stress kerja rendah yaitu 31 orang, 69,5% tingkat sedang yaitu 139 orang dan 15% tingkat tinggi yaitu 30 orang. Hal ini menunjukkan bahwa stress kerja yang dialami oleh guru SD berada pada tingkatan yang mengkhawatirkan dan perlu menjadi perhatian bersama. Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 17 November 2018 kepada 6 orang ibu guru SD Negeri Deresan yang sudah menikah, diketahui bahwa 4 orang merasa sering kelelahan, merasa ngantuk dan sakit kepala sehingga tidak bisa berkonsentrasi saat mengajar. Ada yang menjadi mudah tersinggung, merasa jenuh dengan rutinitas pekerjaan yang sama setiap harinya dan kurang memperdulikan kondisi teman-temannya. Dalam wawancara tersebut, peneliti juga mendapatkan informasi bahwa ada 3 ibu guru SD yang menunda-nunda dalam menyelesaikan administrasi sekolah sampai mendekati waktu pengumpulan administrasi. Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa bahwa ibu guru SD terindikasi mengalami stress kerja, Menurut Robbins (2008) terdapat hubungan yang erat antara stress dengan kinerja. Guru yang mengalami stress kerja akan berdampak pada kinerjanya dalam proses belajar mengajar yang ada di kelas. Greenberg (dalam Ekawarna & Sofyan, 2010) juga menjelaskan bahwa stres kerja menjadi pembahasan yang tidak boleh diabaikan karena akan menimbulkan kerugian besar yang timbul karena guru sakit, kesalahan dalam mengambil keputusan, dan kemangkiran.

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja menurut Robbins (2008) yaitu : faktor lingkungan meliputi ketidakpastian ekonomi, ketidakpastian politik, dan perubahan teknologi; faktor organisasi meliputi tuntutan tugas, tuntutan peran, tuntutan antarpersonal; faktor individu yang terkait dalam hal ini adalah masalah keluarga seperti retaknya hubungan, berbagai kesulitan dalam hidup perkawinan termasuk konflik pekerjaan-keluarga, dan kesulitan masalah disiplin dengan anak-anak: masalah ekonomi; karakteristik pribadi. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja tersebut maka peneliti memilih konflik pekerjaan-keluarga yang merupakan bagian dari faktor individu sebagai salah satu faktor yang akan diteliti dalam melihat pengaruh terhadap stress kerja. Pemilihan faktor ini didukung oleh pendapat Akbar (2017) bahwa konflik pekerjaan-keluarga menyebabkan terjadinya stress kerja. Menurut Greenhouse dan Beutell (1985) mendefinisikan konflik pekerjaan-keluarga sebagai suatu bentuk konflik antarperan di mana tekanan peran dari ranah pekerjaan dan ranah keluarga mengalami ketidakselarasan sehingga pemenuhan tekanan pada satu peran menyebabkan berkurangnya sumber daya untuk pemenuhan tekanan pada peran yang lain.

. Frone, Russel, dan Cooper (dalam Akbar, 2017) menjelaskan bahwa stress kerja berasal dari adanya benturan antara tanggung jawab pekerjaan di rumah dan pekerjaan di tempat kerja. Ibu guru SD yang telah menikah mengalami stress kerja karena dituntut untuk bertanggung jawab dalam mengurus dan membina keluarga secara baik sebagai ibu rumah tangga. Namun disisi lain, sebagai seorang guru dituntut untuk bekerja sesuai dengan standar pekerjaannya dengan menunjukkan performan kerja yang baik. Ibu guru SD berusaha untuk memenuhi peran dalam keluarga akan mengganggu kegiatan dan konsentrasi didalam pekerjaannya (Akbar, 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stress kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis merumuskan masalah apakah terdapat hubungan antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stress kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD?

**METODE**

Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang bekerja sebagai guru SD. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak 53 ibu guru SD yang berasal dari 6 sekolah, yaitu 13 ibu guru SD Negeri Jetis 1 Pasiraman, 6 ibu guru SD Negeri Jetisharjo, 9 ibu guru SD Negeri Gondolayu, 8 ibu guru SD Negeri Petinggen, 12 ibu guru SD Negeri Terbansari 1 dan 5 ibu guru SD Negeri Deresan. Pengumpulan data menggunakan skala likert dan dianalisis menggunakan analisis *product moment* dengan bantuan program analisis data.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konflik pekerjaan-keluarga , dengan koefisien korelasi rxy = 0.435 dengan taraf signifikansi 0.001 (p < 0,01). Hal ini sesuai dengan hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stres kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD bahwa semakin tinggi konflik pekerjaan-keluarga maka semakin tinggi stress kerjapada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Sebaliknya semakin rendah konflik pekerjaan-keluarga maka semakin rendah stress kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Artinya hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa bahwa konflik pekerjaan-keluarga dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi stress kerja*.* Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Akbar (2017) yang mengemukakan bahwa konflik pekerjaan-keluarga akan menyebabkan stress kerja pada karyawan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang mendukung adanya hubungan positif antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stres kerja (Fita, 2017; Wulandari & Dwiyanti, 2014) di mana konflik pekerjaan-keluarga ditemukan mampu membuat seseorang memiliki stres kerja*.*

Berdasarkan hasil kategorisasi skor subjek pada skala konflik pekerjaan-keluarga diketahui bahwa subjek penelitian kategori rendah berjumlah 8 orang (15.1%) dan kategori sedang berjumlah 44 orang (83%). Sedangkan subjek yang termasuk dalam kategori tinggi berjumlah 1 orang (1.9%).

Berdasarkan hasil kategorisasi skor subjek pada skala stress kerja diketahui bahwa subjek yang memiliki stres kerja rendah sebanyak 16 orang (30.2%) dan sebanyak 37 orang (69.8%) yang memiliki stres kerjaa pada kategori sedang. Sedangkan subjek yang termasuk dalam kategori tinggi tidak ada (0%).

Secara empiris dapat disimpulkan bahwa konflik pekerjaan-keluarga memiliki suatu pengaruh langsung pada pembentukan stres kerja. Akbar (2017) mengemukakan bahwa konflik pekerjaan-keluarga berakibat langsung pada pekerja, karena mereka dalam keadaan suasana serba salah sebab tidak mampu memenuhi peran di rumah dan di tempat kerja sehingga mengalami stress kerja. Sastrohadiwiryo (dalam Almasitoh, 2011) menjelaskan bahwa konflik pekerjaan-keluarga sangat berpengaruh dengan perilaku kerja dan kinerja seseorang. Konflik-konflik tersebut akan menghambat proses pelaksanaan suatu pekerjaan. Apalagi pada wanita yang bekerja, konflik yang dihadapi dapat menyebabkan seseorang tidak dapat berfungsi secara normal dan menjadi tidak seimbang (Mansfield, dkk. dalam Almasitoh, 2011). Ketidak seimbangan ini akan menyebabkan munculnya stress kerja. Secara empiris dapat disimpulkan bahwa konflik pekerjaan-keluarga memiliki suatu pengaruh langsung pada pembentukan stress kerja.

Sumbangan efektif yang diberikan konflik pekerjaan-keluarga terhadap stress kerja dalam penelitian ini sebesar 19% dan sisanya 81% diperoleh dari faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Menurut Robbins (2008) faktor-faktor yang mempengaruhi stress kerja yaitu faktor lingkungan, faktor organisasi dan faktor individu.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stress kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Artinya semakin tinggi konflik pekerjaan-keluarga maka semakin tinggi stress kerjapada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Sebaliknya semakin rendah konflik pekerjaan-keluarga maka semakin rendah stress kerja pada ibu yang bekerja sebagai guru SD. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima

**DAFTAR PUSTAKA**

Afandi, R. dan Rocmah, L. I.. 2015. Pramuka sebagai wadah mengembangkan life skill mahasiswa calon guru pada perguruan tinggi LPTK. *Journal Pedagogia, 4*(2), 135-140.

Akbar, D. A.. 2017. Konflik peran ganda karyawan wanita dan stres kerja *Jurnal Kajian Gender dan* *Anak*, 12(1), 33-48.

Almasitoh, U. H.. 2011. Stres kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. PSIKOISLAMIKA, *Jurnal Psikologi Islam (JPI), 8*(1), 63-82.

Ekawarna & Sofyan, H. 2010. Pengaruh kondisi kerja fisik, partisipasi dalam pengambilan keputusan dan kecemasan terhadap stres pekerjaan guru sekolah negeri di kota Jambi. *Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Humaniora, 12*(1), 25-36.

Fatmawati. Sakung, J. M. & Paudi R. I. 2015. Meningkatkan hasil belajar siswa kelas II SD Muhammadiyah Taopa melalui pemanfaatan media alam sekitar dalam pembelajaran tematik tema lingkungan. *Jurnal Kreatif Tadulako Online, 4*(5), 250-262.

Fita, E. D. 2017. Hubungan konflik peran ganda dengan stres kerja terhadap perawat wanita pada RSUD. A. Wahab Sjahranie Samarinda. Psikoborneo, 5(2), 346-352.

Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. 1985. Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review, 10*(1), 76-88.

Hanifah, N. 2015. Peranan kepribadian dalam menghadapi stres yang dialami guru di SMPN 15 Bekasi. *Faktor Jurnal Ilmiah Kependidikan, 2*(2), 147-159.

Jannah, M. 2015. Tugas-tugas perkembangan pada usia kanak-kanak. *Gender Equality: Internasional Journal of Child and Gender Studies, 1*(2), 87-98.

Luthans, F. 2006. *Perilaku organisasi.*, Yogyakarta: PT. Andi.

Marwiyah, St. 2012. Peranan guru dalam meningkatkan mutu pendidikan. *Ulul Albab, 14*(1), 49-64

Nofijantie, L. 2014. Peran lembaga pendidikan formal sebagai modal utama membangun karakter siswa. *Jurnal Ilmu Tarbiyah "At-Tajdid", 3*(1), 45-71.

Robbins, S.P. & Judge. 2008. *Perilaku organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.

Wulandari, D., & Dwiyanti, R. 2014. Hubungan antara konflik peran ganda dengan stres kerja pada perawat wanita yang sudah menikah. PSYCHO IDEA, 12(2), 33-41.