

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan di Indonesia merupakan hal yang sangat penting, karena pendidikan merupakan usaha manusia untuk membantu peserta didik untuk mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan, kecakapan, nilai, sikap, dan pola tingkah laku yang berguna bagi hidup. Di Indonesia terdapat lembaga pendidikan khusus yaitu sekolah luar biasa (SLB), sekolah luar biasa adalah sebuah lembaga pendidikan formal yang melayani pendidikan bagi anak-anak berkebutuhan khusus, dan sebagai lembaga pendidikan, SLB ini dibentuk dengan tujuan untuk memberikan pembelajaran bagi peserta didik (Pramartha, 2015).

Selain itu sekolah luar biasa memiliki berbagai macam kategori yang diperuntukkan anak dengan kebutuhan khusus seperti tunanetra, tunarungu, tunawicara, tunadaksa, tunalaras, tunaganda, dan anak terbelakangan. Tercantum juga pada Undang-undang No.23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak, pada pasal 51 yang menyatakan “Bahwa anak yang menyandang cacat fisik dan atau mental diberikan kesempatan yang sama dan aksesibilitas untuk memperoleh pendidikan biasa dan pendidikan luar biasa”. Melalui keberadaan sekolah luar biasa akan mempermudah memperoleh pendidikan bagi warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional,

mental, intelektual melalui pendidikan yang diberikan secara khusus, oleh karena itu sekolah luar biasa memiliki tanggung jawab untuk mengembangkan potensi anak-anak berkebutuhan khusus (Syafaruddin, 2002).

Keberadaan sekolah luar biasa juga tidak lepas dari peran tenaga pendidik, dalam hal ini tenaga pendidik adalah yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, fasilitator, tutor dan sebutan lain sesuai dengan kekhususannya (Alma,2010). Banyaknya kondisi anak yang ada di sekolah luar biasa membuat diperlukannya guru yang mampu menangani berbagai macam kategori, karena berlangsungnya sebuah sistem pendidikan bergantung pada tenaga pendidik atau guru. Dalam undang-undang no. 14 tahun 2005 tentang guru dan dosen pasal 2 ayat 1, yang menyatakan bahwa guru mempunyai kedudukan sebagai tenaga profesional pada setiap jenjang pendidikan, dan juga pada jalur pendidikan formal yang sesuai dengan perundang undangan. Dalam penjelasan tersebut, guru memiliki peran yang sangat penting, karena guru membuat berjalannya sistem pendidikan di negara ini.

Peran guru yang penting membuat guru memiliki tanggung jawab untuk mendidik siswa, dan dituntut untuk melaksanakan proses belajar mengajar dengan baik. Oleh karena itu guru dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan pekerjaannya, apabila hal tersebut tidak dapat dilakukan maka akan menimbulkan ketidakseimbangan yang dapat menyebabkan stres (Puspitasari, 2018). Ketika guru sekolah luar biasa mengalami stres kerja maka yang terjadi adalah ketidaknyamanan dalam melakukan pekerjaan dan berakibat terganggunya aktivitas dan produktivitas, serta stres kerja juga

ditandai dengan kelelahan fisik, sakit kepala, tegang, gelisah, mudah marah, ketidakhadiran dalam jadwal kerja sampai dengan sulit tidur dan tanda itu telah terjadi dalam waktu tertentu dan mulai mengganggu pekerjaan.

Menurut Alma (2010) guru juga tidak dapat terhindarkan dari stres kerja, Seorang guru yang mengalami stres kerja, kerap merasa tidak puas dan kecewa dengan usaha mereka sendiri pada saat segala sesuatu yang telah direncanakan dalam mendidik siswa gagal, keadaan tersebut akan membuat guru menjadi tidak sabar, muncul perasaan marah pada siswa, kinerja terganggu dan menyebabkan tidak optimalnya kerja guru (Devita, Siswi, & Suroto, 2016).

Stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan (Mangkunegara, 2015). Menurut Luthans (2006) stres kerja merupakan suatu respon adaptif terhadap situasi eksternal yang menghasilkan penyimpangan fisik, psikologis dan atau perilaku pada anggota organisasi, selain itu stres kerja menurut Robbins (2002) merupakan kondisi yang muncul akibat interaksi antara manusia serta dikarakteristikan oleh perubahan manusia yang memaksa mereka menyimpang dari fungsi normal mereka dengan pekerjaan. Munandar (2008) mengungkapkan bahwa stres kerja adalah ketidakcocokan antar individu (dalam arti kepribadian, bakat dan kecakapannya) dengan lingkungan yang mengakibatkan ketidakmampuan untuk menghadapi berbagai tuntutan terhadap dirinya secara efektif.

Seseorang yang mengalami stres kerja akan menimbulkan gejala-gejala sebagai berikut, yaitu fisik (*physiology*) seperti pengurangan kemampuan untuk melawan rasa

sakit dan infeksi, kelelahan fisik, sakit kepala serta gangguan tidur. Psikologis (*psychology*) ditandai ketidakpuasan hubungan kerja, tegang, gelisah, cemas, depresi, kebosanan, mudah marah, perasaan tertekan, menurunnya konsentrasi hingga sampai pada tindakan agresif dan Perilaku (*behavior*) terdapat perubahan pada produktivitas, ketidakhadiran dalam jadwal kerja, perubahan pola makan, meningkatnya konsumsi rokok, alkohol, obat-obatan, susah tidur, gelisah, hingga sering menunda-nunda pekerjaan (Luthans, 2006).

Sebagai seorang guru di sekolah luar biasa tentunya dapat menangani berbagai tuntutan baik dari siswa ataupun orang tua siswa, bersikap kompeten diberbagai aktivitas akademik, melaksanakan kurikulum yang dibuat dan mengaplikasikannya kepada siswa secara individu dan sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak, dapat bekerja sama dengan guru lain serta memiliki kesabaran ketika menghadapi berbagai macam perilaku anak, profesional ketika mengajari anak dengan kebutuhan khusus tertentu dan memiliki rasa pengabdian yang tinggi (Nandhamuri, 2011). Oleh karena itu kemampuan tersebut membuat guru siap secara fisik dan mental untuk mendidik, dan membimbing siswa yang memiliki kemampuan berbeda, hal tersebut tentunya akan melahirkan siswa yang berakhlak mulia, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta bertanggung jawab. Kesiapan guru dalam menghadapi siswa, pada kenyataannya membuat guru tidak sepenuhnya terhindar dari stres kerja.

Hal ini sesuai dengan penelitian Mufidah (2009) pada 80 guru sekolah luar biasa, yang menunjukkan bahwa sebanyak 72 guru atau 90% guru mengalami stres kerja.

Stres kerja biasanya terjadi karena perilaku negatif siswa, beban kerja berlebih, konflik dengan atasan, konflik peran, peran kerja yang kurang jelas, fasilitas mengajar kurang memadai, lingkungan kerja tidak nyaman, dan penghargaan untuk kinerja guru yang rendah. Hal tersebut juga didukung dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan 5 guru sekolah luar biasa tanggal 3 Oktober 2018, stres kerja yang dialami guru sekolah luar biasa dikarenakan beban kerja berlebihan yang mengakibatkan kelelahan fisik dan mental selama sehari-hari, merasa tanggung jawab pekerjaan sangat berat, mudah marah, gelisah, hingga sakit kepala. Selain itu beban kerja yang berlebih tetapi jam kerja yang kurang mengakibatkan guru mengalami tekanan, seperti mengajari setiap anak perlu menggunakan cara yang berbeda ataupun perilaku anak yang banyak mengeluh, mampu dengan sabar mengulangi instruksi ke setiap siswa jika siswa belum paham, harus menjelaskan berulang kali, tetapi waktu yang diberikan untuk menyelesaikan tugas tidak ditambah. Stres kerja juga dapat diakibatkan oleh tuntutan dari orang tua, disisi lain orang tua acuh terhadap perkembangan anak dan menyerahkan kepada guru sehingga, tuntutan ini menyebabkan guru sekolah luar biasa mengalami ketidakhadiran di tempat kerja, sampai dengan berubahnya pola makan.

Menurut Wijono (2010) faktor yang menyebabkan stres kerja ada 2 yaitu faktor pekerjaan, hal ini seperti tuntutan tugas, ketidakpastian pekerjaan, hubungan antara karyawan, iklim organisasi, suasana tempat kerja, beban kerja, tekanan dari atasan serta pekerjaan yang terlalu banyak. Serta faktor diluar pekerjaan seperti perubahan struktur

kehidupan, dukungan sosial, kemampuan, harga diri, *locus of control*, kepribadian, serta fleksibilitas menghadapi pekerjaan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa stres kerja yang terjadi pada guru sekolah luar biasa dikarenakan adanya rasa tidak nyaman dan ketidakseimbangan antara kondisi fisik, psikis, dan tingkah laku, dan setiap orang mengalami perasaan tidak nyaman yang berbeda beda, ada yang mempresepsikan sesuatu itu tidak sesuai dengan kemampuannya ataupun sesuai dengan kemampuannya, hal ini tentu akan mempengaruhi tindakan seseorang dalam menyelesaikan sesuatu sehingga menimbulkan ketidaknyamanan kerja pada guru sekolah luar biasa. hal tersebut dapat disebabkan oleh berbagai hal salah satunya beban kerja. Peneliti memilih persepsi beban kerja sebagai variabel bebas dikarenakan cara pandang seorang guru terhadap beban kerja yang diberikan sekolah dapat mempengaruhi cara guru merencanakan dan menyampaikan pembelajaran yang akan dilakukan dan hal ini merupakan unsur penting dalam tercapainya tujuan pembelajaran.

Dari uraian diatas maka stres kerja dapat terjadi karena terdapat peran persepsi terhadap beban kerja. Menurut Robbins (2008) persepsi adalah kesan yang diperoleh seseorang melalui panca indra kemudian dianalisa, diinterpretasi, dan di evaluasi sehingga memiliki makna. Persepsi menurut Walgito (2010) adalah proses yang didahului dengan proses pengindraan seseorang terhadap lingkungannya kemudian diinterpretasikan menjadi sebuah makna.

Guru sekolah luar biasa dituntut untuk menyelesaikan pekerjaannya sesuai dengan deskripsi pekerjaan yang telah dibebankan, seperti membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan rencana kerja sekolah, melaksanakan pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, membimbing dan melatih peserta didik, serta melaksanakan tugas tambahan (Departemen Pendidikan Nasional, 2008). Berdasarkan wawancara dengan guru sekolah luar biasa, guru sekolah luar biasa memiliki tugas yang lebih berat seperti menangani berbagai tuntutan baik dari siswa ataupun orang tua siswa, melaksanakan kurikulum yang dibuat dan mengaplikasikannya kepada siswa secara individu dan sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak, memiliki kesabaran ketika menghadapi berbagai macam perilaku anak. Selain itu guru harus mampu mengajari dan menangani setiap anak perlu menggunakan cara yang berbeda ataupun perilaku anak yang banyak mengeluh, mampu dengan sabar mengulangi intruksi ke setiap siswa jika siswa belum paham, dan menjelaskan berulang kali.

Oleh karena itu kemampuan tersebut membuat guru siap secara fisik dan mental untuk mendidik, dan membimbing siswa yang memiliki kemampuan berbeda, mampu menerangkan mata pelajaran sesuai dengan kebutuhan siswa, mampu menggunakan bahasa isyarat, menyampaikan pesan dengan baik ke setiap siswa, mampu dengan sabar mengulangi intruksi ke setiap siswa jika siswa belum paham. Selain itu guru sekolah luar biasa mampu menangani berbagai kategori yang ada di sekolah baik dari ringan hingga cukup berat, memperlakukan siswa sesuai dengan baik, mampu mengendalikan siswa, tentunya pekerjaan ini akan membuat guru merasa memiliki beban kerja dan

tanggung jawab yang lebih berat dan berusaha untuk menyelesaikan pekerjaannya secara maksimal.

Beban kerja yang semakin berat secara otomatis akan membuat tugas dan tanggung jawab guru bertambah (Muharomi, 2010) dan dapat mempengaruhi kondisi guru. Beban kerja yang sesuai dengan kemampuan akan menyebabkan hasil kerja yang lebih optimal, sebaliknya beban kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan akan menyebabkan tertundanya tugas dan menyebabkan produktivitas menurun.

Beban kerja adalah unsur penting yang harus diperhatikan perusahaan agar terciptanya kondisi kerja yang efektif dan dapat meningkatkan kinerja. Apabila beban kerja yang berlebihan atau terlalu berat, seperti tugas yang harus dikerjakan terlalu banyak dan membutuhkan keahlian, namun tidak sebanding dengan kemampuan fisik, keahlian dan waktu yang tersedia maka akan menyebabkan stres kerja bagi karyawan (Haryanti,2013). Selain itu dampak tersebut dirasakan menantang, menekan, membebani atau melebihi daya penyesuaian yang dimiliki individu, dan akibatnya adalah produktivitas kerja menjadi turun (Wijono, 2006).

Menurut Munandar (2008) beban kerja adalah keadaan dimana karyawan dihadapkan pada tugas yang harus diselesaikan pada waktu tertentu, selain itu menurut Tarwaka (2010) beban kerja adalah beban atau tugas yang ditanggung seseorang dalam menjalankan pekerjaannya. Dasgupta (2013) beban kerja adalah sejumlah tugas yang menjadi tanggung jawab pekerja dan harus dikerjakan dalam waktu yang sudah ditentukan, Beban kerja juga akan mempengaruhi kondisi guru dalam melakukan

pekerjaan. Beban kerja yang berlebihan, seperti tuntutan tugas yang banyak dan memiliki target penyelesaian, sampai dengan kondisi siswa yang sulit diatur. Maka dari itu, beban kerja menjadi salah satu faktor penentu keefektifan proses belajar mengajar di sekolah luar biasa dan juga stres kerja yang dialami guru.

Aspek beban kerja menurut Tarwaka (2010) yaitu beban waktu (*Time load*) adalah jumlah waktu yang tersedia dalam perencanaan, pelaksanaan dan monitoring tugas, kedua beban mental (*Mental effort load*) adalah merencanakan seberapa banyak usaha mental atau niatan dalam diri dan jumlah atensi yang diberikan untuk melaksanakan dan menyelesaikan tugas, serta yang terakhir yaitu beban psikologis (*Psychological stress load*) adalah resiko, kebingungan, control diri, perasaan tidak aman serta frustrasi yang dihubungkan dengan performansi atau tampilan tugas. Cara pandang terhadap beban kerja adalah hal penting penunjang meningkatnya kinerja karyawan, karena cara pandang terhadap beban kerja yang rendah akan membuat guru semangat bekerja.

Guru merasa bersemangat dalam bekerja apabila menurut guru beban kerja yang diberikan oleh sekolah dapat diselesaikan dengan baik dan tidak melebihi waktu yang ditentukan. Untuk itu sangat penting menentukan beban kerja yang tepat untuk diberikan kepada guru, sehingga guru dapat bekerja dengan baik, tidak mudah mengalami stres kerja, serta peluang tercapainya tujuan dalam pembelajaran semakin besar serta memungkinkan terhindar dari rasa bosan dan kejenuhan dalam menyelesaikan tugas (Waigu, 2017). Sebaliknya cara pandang tentang beban kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan akan membuat terganggunya kinerja guru dan

menghambat proses belajar mengajar dan akan meningkatkan peluang guru mengalami stres kerja. Beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan menurunnya motivasi karyawan sehingga hal ini menjadi salah satu penyebab kelelahan dan membuat para pekerja menjadi tertekan (Hariyono, 2009).

Selain itu Hariyono juga menyatakan bahwa perusahaan disarankan untuk membuat kebijakan terkait dengan pengembangan karir karyawan yang berdasarkan kompetensi dan kinerja agar mereka tetap termotivasi dalam bekerja walaupun dengan beban kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Puspitasari (2018) persepsi terhadap beban kerja berperan mempengaruhi stres kerja seseorang sebesar 89%.

Berdasarkan uraian diatas permasalahan yang muncul karena tingginya stres kerja pada guru sekolah luar biasa, maka peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara persepsi terhadap beban kerja dengan stres kerja pada guru sekolah luar biasa?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan uraian yang telah diutarakan pada latar belakang, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap beban kerja dengan stres kerja pada guru sekolah luar biasa, dan dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat sebagai berikut :

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi pada bidang psikologi industri dan organisasi khususnya mengenai stres kerja. Bagi guru sekolah luar biasa, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan khususnya tentang hubungan antara persepsi terhadap beban kerja dengan stres kerja. Serta bagi peneliti berikutnya, dapat digunakan sebagai tambahan acuan, wawasan, masukan serta evaluasi bagi penelitian yang sejenis.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman bahwa cara pandang terhadap beban kerja yang menyebabkan stres kerja pada guru sekolah luar biasa, sehingga sekolah dapat memberikan beban kerja atau tugas sesuai dengan deskripsi pekerjaan seorang guru.