

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Proses belajar mengajar memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kualitas pendidikan, pengajar sangat penting sebagai fasilitator. Guru memainkan peran penting agar sistem pendidikan, khususnya sekolah, dapat berfungsi secara efektif. Fokus reformasi pendidikan dan peningkatan kualitas bergeser ke guru. Pekerjaan guru sangat penting bagi kelancaran sistem pendidikan, khususnya di sekolah (Direktorat Tenaga Kependidikan, 2018). Meningkatkan kinerja guru sangat penting dalam upaya untuk meningkatkan standar pendidikan karena guru sekolah dasar memainkan peran penting dalam pendidikan awal anak-anak karena ini berfungsi sebagai dasar utama untuk pendidikan mereka selanjutnya (Shoim dkk., 2019). Demikian pula, guru sekolah dasar memiliki beban yang lebih berat dibandingkan guru SMP, SMA, atau SMK. Tanggung jawab masing-masing guru menentukan perbedaan beban kerja. Menurut kurikulum yang dibuat, guru sekolah dasar, yang mengajar anak-anak yang rata-rata berusia sama, harus menguasai semua mata pelajaran yang diajarkan di kelas selama satu tahun (Puspitasari & Handayani, 2014).

Profesi guru memiliki tingkat stres yang sangat tinggi, seperti apa yang ditunjukkan oleh survei RAND Corporation pada tahun 2022, di mana 73% guru menyatakan bahwa mereka sering menghadapi stres terkait pekerjaan. Selain itu, 59% melaporkan mengalami kelelahan, sementara 28% mengaku menghadapi gejala depresi. Survei tersebut juga menunjukkan bahwa 77% guru percaya bahwa kesehatan mental mereka yang buruk berdampak buruk pada kesehatan mental siswa di kelas. Menurut sebuah studi oleh Tjok Rai Partajaya dkk, ditemukan bahwa 30% guru sekolah dasar mengalami kelelahan yang sangat parah, sementara 35% melaporkan kelelahan yang parah, 25% mengindikasikan kelelahan yang sedang, 7% mendeskripsikan kelelahan mereka sebagai kelelahan yang ringan, dan 3% mengklasifikasikannya sebagai kelelahan yang sangat ringan (Winowod dkk., 2022).

Tanggung jawab guru tidak hanya meningkatkan kecerdasan siswa, tetapi juga mencakup tugas untuk membina karakter yang baik. Ironisnya, terlepas dari harapan untuk menanamkan nilai-nilai moral yang positif, guru sering kali memiliki kontrol yang terbatas terhadap murid-murid mereka. Kebijakan yang ada saat ini memungkinkan orang tua murid untuk melaporkan guru jika mereka merasa bahwa guru tersebut memberikan hukuman yang berlebihan. Sayangnya, keleluasaan ini dapat berdampak negatif pada guru, karena tindakan disipliner yang dimaksudkan untuk membimbing siswa dapat dianggap sebagai tindakan agresi oleh orang tua. Pendidik memikul tanggung jawab yang besar dalam mengasuh anak-anak. Ekspektasi yang tinggi dari orang tua dapat memberikan tekanan pada guru. Ketika siswa tidak berhasil, beberapa orang tua sering kali menyalahkan guru (Ajisoko & Misbahudin, 2024).

Setiap orang yang bekerja di sektor komersial, industri, atau pendidikan, perlu memiliki kemampuan resiliensi termasuk guru. Guru rentan terhadap serangan mental karena lingkungan kerja, pengalaman, atau faktor biologis seperti bertambahnya usia. Sebab mereka lebih dari sekadar penyedia pengetahuan, namun para pembuat kebijakan kurikulum tidak menyadari banyak tuntutan lain (Izza, 2023). Siswa pada akhirnya akan menderita sebagai akibat dari terganggunya proses belajar mengajar (Wardhani, 2017). Oleh karena itu, para pendidik harus memiliki resiliensi diri. Guru membutuhkan kemampuan ini karena risiko yang terkait dengan pekerjaan profesional mereka, yang meliputi beban kerja yang berat, manajemen kelas, ketidaksiapan guru, kurangnya dukungan, dan kurangnya sumber daya. Resiliensi merupakan salah satu keterampilan yang perlu dimiliki guru agar dapat terus memenuhi semua tuntutan yang dibebankan kepada mereka (Winesa & Saleh, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Matiz dkk (Izza, 2023) menunjukkan bahwa guru, terutama yang kemampuan beradaptasi yang lemah, mengalami *emotional distress* dan *psychological well-being* yang rendah. Dibandingkan dengan guru laki-laki, para guru perempuan memiliki tingkat stres kerja yang lebih tinggi serta kesehatan fisik dan mental yang lebih rendah (Mayasari dkk., 2022). Hal ini menunjukkan bagaimana profesi guru memiliki tanggung jawab

yang besar di beberapa kelompok sosial masyarakat yang kemudian dapat memengaruhi kesehatan fisik dan mental kelompok tersebut.

Banyak murid yang masih memiliki kemampuan membaca dan berhitung yang sangat rendah, walaupun sudah duduk di kelas 3, 4, atau bahkan 5 dan 6. Meskipun sudah berada di kelas atas, mereka masih membutuhkan waktu untuk mengeja ketika membaca satu kalimat. Terutama dalam berhitung, yang meliputi pembagian dan perkalian, karena masih banyak sekolah yang memiliki kepala sekolah yang belum memahami tuntutan kurikulum mandiri dan bersikeras untuk menyampaikan materi pelajaran sampai tuntas meskipun bukan itu tujuan kurikulum mandiri, hal ini menyebabkan stres bagi para guru (Izza, 2023). Guru diharapkan untuk dapat memecahkan masalah saat ini untuk memenuhi tuntutan pekerjaan profesional mereka. Resiliensi seseorang ditunjukkan dengan kapasitasnya untuk tumbuh secara maksimal meskipun mengalami stres (Pahlevi dkk., 2017). Individu dengan resiliensi yang tinggi dapat menyesuaikan diri dengan keadaan yang berubah dan menyelesaikan situasi yang sulit (Widati & Muafi, 2020).

Seiring berjalannya waktu, frasa “resiliensi” pada akhirnya digunakan untuk merujuk pada penelitian yang lebih luas yang juga menyoroti kemampuan anak-anak untuk bangkit kembali dari kemunduran di kelas. Diyakini bahwa pendidik dapat membantu anak-anak berkembang menjadi pribadi yang tangguh. Hal ini sejalan dengan persyaratan kompetensi guru yang diuraikan dalam Pasal 10 Ayat 1 Undang-Undang Guru dan Dosen Nomor 14 Tahun 2005, yang menyebutkan bahwa guru harus memiliki empat kompetensi: sosial, profesional, kepribadian, dan pedagogik. Namun, isu-isu di lapangan menunjukkan bahwa guru-guru juga menghadapi tantangan yang berdampak pada pengajaran di kelas.

Penelitian untuk mengukur tingkat resiliensi pada guru penting dilakukan karena beberapa alasan. Gu dan Day dalam jurnalnya yang berjudul “*Teachers Resilience: A Necessary Condition for Effectiveness*” (Sari, 2023) menyebutkan 3 alasan yang menjadikannya penting bagi para guru untuk mengembangkan kemampuan resiliensi, yaitu sebagai berikut: 1). Resiliensi didefinisikan

sebagai kemampuan untuk “bangkit kembali” dan pulih dengan cepat dan efektif dalam menghadapi tantangan baru. 2). Siswa yang tangguh membutuhkan guru yang tangguh. 3). Mengajar adalah kegiatan yang dilakukan dalam berbagai situasi yang terus menerus dan beragam, sehingga resiliensi dapat dilihat sebagai cara untuk mempertahankan motivasi dan komitmen guru dalam mengatasi perubahan dari waktu ke waktu. Rasa misi yang kuat dari seorang guru, efikasi diri, dan kemauan untuk mendidik, semuanya berkorelasi kuat dengan resiliensi.

Oleh karena itu resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menghadapi, mengatasi, dan belajar dari tantangan hidup serta dari situasi buruk yang mereka hadapi. Reivich & Shatte (Supriyati, 2023) mengatakan bahwa resiliensi yaitu kemampuan seseorang untuk bereaksi secara positif, sehat, dan konstruktif ketika dihadapkan pada tantangan, stresor, atau trauma dalam kehidupan sehari-hari. Orang yang resilien dipandang lebih siap untuk mengembangkan keterampilan hidup yang membantu dalam mengambil keputusan atau mengambil tindakan untuk kehidupan mereka sendiri (Utami, 2017).

Tabel 1. Pre-eliminatory Variabel Resiliensi

Aspek Resiliensi	Responden				
	1	2	3	4	5
<i>Personal competence</i>	√	√	√	-	√
<i>Trust in one's instincts,</i>	√	-	-	√	√
<i>Positive acceptance</i>	-	-	√	√	-
<i>Control and factor</i>	√	√	√	√	-
<i>Spiritual influences</i>	-	-	√	-	√

(Sumber: diolah oleh peneliti)

Berdasarkan tabel 1 hasil wawancara terhadap 5 guru yang dilakukan oleh peneliti di SDN Sindangmulya, Desa Sindangmulya, Kecamatan Cibarusah. Berdasarkan temuan tersebut bahwa 4 dari 5 memiliki masalah dengan resiliensi. Hal ini ditunjukkan dengan perilaku yang bertentangan dengan aspek *personal competence* yaitu mudah putus asa dan kecewa dan butuh waktu lama untuk bangkit kembali, belum mempunyai standar kerja yang kreatif dan inovatif. Selanjutnya pada aspek *trust in one's instincts, tolerance of negative affect, strengthening effect of stress*. Perilaku yang berlawanan dengan

aspek ialah subjek memiliki tingkat stress yang cukup tinggi jika subjek salah atau gagal dalam mengambil keputusan, jika hal buruk terjadi subjek suka memendam sesuatu sendiri kemudian menangis berakhir dengan fisik yang sakit, salah satu subjek pernah mengalami kekerasan fisik pada masa kecil yang menyebabkan trauma sehingga merasa orang lain benci dengan dirinya. Selanjutnya perilaku yang berlawanan dari aspek *positive acceptance of change and secure relationships* yaitu sulitnya beradaptasi dengan suasana atau sesuatu yang baru dan pernah berselisih dengan rekan kerja, subjek merasa tidak mampu mencoba aktivitas baru karena rasa takut. Aspek keempat yaitu *control and factor*. Subjek suka membawa pulang pekerjaan ke rumah, subjek juga merasa sering menunda-nunda pekerjaan sehingga mendekati jadwal pengumpulan dan mengerjakan sesuatu di malam hari karena kesibukan di rumah sehingga waktu istirahat juga berkurang. Aspek yang terakhir yaitu *spiritual influences* menunjukkan bahwa subjek selalu meyakini bahwa ada sesuatu dibalik kegagalan dan selalu mengambil hikmah walaupun subjek terkadang kurang disiplin dalam menjalankan ibadah.

Faktor yang berkontribusi terhadap resiliensi salah satunya yaitu dukungan psikologis yang melingkupi lingkungan kerja atau organisasi, individu, keluarga dan budaya sekitar. Faktor keluarga meliputi dukungan yang bersumber dari orang tua, struktur keluarga dan juga orang-orang yang berada disekitar lingkungan. Penelitian Namayandeh, dkk (Kuswardani & Nurtjahjanti, 2017), juga menemukan bahwa kurangnya dukungan dari dan rekan kerja dapat menyebabkan lebih banyak konflik antara pekerjaan dan keluarga. Artikel yang dilansir Okezone.com (2015) perempuan yang sudah menikah dan bekerja menghadapi sejumlah tantangan. Tantangan tersebut termasuk kurangnya dukungan, kesulitan komunikasi, batasan waktu, dan masalah kesehatan. Istilah konflik kerja-keluarga mengacu pada keadaan yang dihadapi oleh para ibu bekerja yang sudah berkeluarga.

Tabel 2. Pre-eliminary Variabel Konflik Kerja Keluarga

Aspek Konflik Kerja Keluarga	Responden				
	1	2	3	4	5
<i>Time based conflict</i>	√	√	-	-	√

Aspek Konflik Kerja Keluarga	Responden				
	1	2	3	4	5
<i>Strain based conflict</i>	√	√	√	√	√
<i>Behaviour based conflict</i>	√	√	-	√	-

(Sumber: diolah oleh peneliti)

Berdasarkan tabel 2 hasil wawancara oleh peneliti pada 5 guru di SDN Sindangmulya, Desa Sindangmulya, Kecamatan Cibarusah. Dapat disimpulkan oleh data bahwa 4 dari 5 subjek memiliki masalah konflik kerja keluarga. Hal tersebut ditunjukkan dengan perilaku yang berlawanan dengan aspek *time based conflict* yaitu waktu yang digunakan untuk memenuhi satu peran tidak cukup digunakan untuk memenuhi peran lainnya. Perilaku yang ditunjukkan subjek yang tercermin dengan sering kekurangan dan melewatkan waktu untuk keluarga karena sibuk bekerja dan merasa bersalah ketika tidak mempunyai waktu untuk mengurus keluarga. Berlawanan dengan aspek *strain based conflict* yaitu munculnya ketegangan emosional dalam memenuhi satu peran sehingga ketegangan ini menghambat pemenuhan peranan lainnya. Perilakunya ditunjukkan subjek dengan lelah mengerjakan pekerjaan rumah setelah bekerja akibatnya anak tidak mendapat perhatian cukup dan rumah yang berantakan ketika pengasuh tidak masuk. Berlawanan juga dengan aspek terakhir yaitu *behavior-based conflicts* yaitu konflik yang timbul karena adanya ketidaksesuaian perilaku yang diharapkan dengan perilaku yang muncul dalam menjalankan kedua perannya yaitu di pekerjaan atau keluarga dengan perilaku yang ditunjukkan yaitu malas mengerjakan pekerjaan rumah ketika sudah sangat lelah dari tempat kerja, subjek terkadang suka meluapkan emosinya ketika sampai rumah dari tempat kerja.

Selain itu, faktor yang berkontribusi terhadap resiliensi ialah kemampuan individu untuk tidak mengkritik diri dan merasa bersalah ketika dalam kegagalan atau sedang berada pada masa yang sulit yang biasa disebut dengan *welas diri* Holaday & McPhearson (Oktaviani & Cahyawulan, 2022). Resiliensi dipengaruhi oleh penerimaan diri ketika mengalami masalah yang dapat membuat tertekan, dengan demikian salah satu cara untuk tidak menghakimi diri sendiri ketika menghadapi keadaan yang sulit adalah dengan baik hati kepada diri sendiri atau *welas diri* (Permatasari & Siswati, 2018). Menurut Neff

(Karinda, 2020), welas diri didefinisikan sebagai sikap perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun kekurangan dalam diri. Welas diri cenderung memiliki kasih sayang yang melibatkan diri sendiri seperti memperlakukan diri sendiri dengan kebaikan daripada menyalahkan diri sendiri dan melihat kesulitan, kegagalan, dan kekurangan sebagai aspek kehidupan yang tak terelakkan. Welas diri tidak sama dengan mengasihani diri sendiri karena hal ini memungkinkan orang untuk mengevaluasi keadaan mereka tanpa membesar-besarkan rasa sakit mereka sendiri, menyerah pada emosi yang kuat, atau memutuskan hubungan mereka dengan orang lain.

Tabel 3. Pre-eliminary Variabel Welas Diri

Aspek Welas Diri	Skor Aitem				
	1	2	3	4	5
<i>Self kindness</i>	-	√	√	√	√
<i>Common humanity</i>	√	√	√	-	-
<i>Mindfulness</i>	√	√	-	-	-

(Sumber: diolah oleh peneliti)

Berdasarkan tabel 3 hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa 3 dari 5 orang guru memiliki welas diri yang kurang. Hal tersebut ditunjukkan dengan aspek *self kindness* yaitu guru sering menghakimi diri sendiri ketika menghadapi masalah, tidak menerima diri apa adanya dan menenangkan diri dalam kondisi buruk dengan cara menangis. Lalu pada aspek *common humanity* guru merasa berlarut-larut dalam mengalami kegagalan, sulit bangkit karena merasa dirinya mengalami masalah tak berkesudahan, dan mudah melupakan kesalahan seseorang yang menyakiti dengan mengurangi interaksi kedepannya. Aspek *mindfulness* yaitu individu bereaksi berlebihan sesuatu yang dirasakan, dan sering membandingkan diri dengan orang lain sehingga individu merasa insecure, merasa belum maksimal dan optimal.

Subjek penelitian ini adalah guru di SDN Sindangmulya yang terletak di Desa Sindangmulya, Kecamatan Cibarusah, Kabupaten Bekasi. Sekolah ini merupakan salah satu bagian dari lembaga pendidikan tingkat dasar yang bertanggung jawab untuk mencerdaskan kehidupan bangsa. Sekolah ini merupakan sekolah dasar yang selalu terbuka dan berupaya untuk

meningkatkan kualitas guru dan siswa, sehingga peneliti memilih sekolah ini sebagai subjek penelitian karena masih terdapat permasalahan yang dihadapi guru dalam hal resiliensi. Selain itu, lokasi penelitian yang dekat dengan rumah peneliti, sehingga memudahkan peneliti untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan untuk penelitian.

Seperti yang telah dijelaskan pada latar belakang di atas, penulis tertarik untuk meneliti tentang resiliensi pada guru. Oleh karena itu peneliti mengangkat tema penelitian dengan judul “Konflik Kerja Keluarga dan Welas Diri terhadap Resiliensi Guru Sekolah Dasar Negeri Sindangmulya”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah dibahas, maka penulis mendapatkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran konflik kerja keluarga, welas diri dan resiliensi pada guru SDN Sindangmulya.
2. Apakah terdapat hubungan konflik kerja keluarga dengan resiliensi pada guru SDN Sindangmulya.
3. Apakah terdapat hubungan welas diri dengan resiliensi pada guru SDN Sindangmulya.
4. Apakah terdapat pengaruh konflik kerja keluarga dan welas diri terhadap resiliensi pada guru SDN Sindangmulya.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah disusun diatas, didapatkan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran konflik kerja keluarga, welas diri dan resiliensi pada guru SDN Sindangmulya.
2. Mengetahui hubungan konflik kerja keluarga dengan resiliensi pada guru SDN Sindangmulya.
3. Mengetahui hubungan welas diri dengan resiliensi pada guru SDN Sindangmulya.
4. Mengetahui pengaruh konflik kerja keluarga dan welas diri terhadap resiliensi pada guru SDN Sindangmulya.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoretis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan landasan teoritis untuk bidang psikologi industri dan organisasi dan menambah ilmu tentang konflik kerja keluarga, welas diri dan resiliensi pada tenaga kependidikan serta dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya baik sebagai sumber belajar maupun sebagai media belajar.

### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis dan pengetahuan bagi individu, mahasiswa dan organisasi yang terlibat dalam penelitian ini:

1. Bagi mahasiswa, dapat membantu dan menjadi sumber informasi dan pengetahuan belajar yang mudah digunakan dan dipahami untuk mahasiswa dalam mengetahui konflik kerja keluarga, welas diri dan resiliensi.
2. Bagi pihak SDN Sindangmulya Cibarusah, diharapkan dapat memberikan gambaran konflik kerja-keluarga, welas diri dan resiliensi pada guru perempuan SDN Sindangmulya sehingga dapat menjadi masukan dan referensi bagi instansi untuk menyikapi keadaan seperti membuat program disekolah yang dapat mempertahankan tingkat welas diri dan resiliensi serta mendukung kebutuhan guru perempuan dengan perannya dalam pekerjaan dan keluarga.
3. Bagi penulis, diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam mengimplementasikan pengetahuan penulis konflik kerja keluarga, welas diri dan resiliensi.
4. Bagi peneliti selanjutnya  
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman bagi peneliti kedepannya dan akan menjadi wawasan baru dalam mempraktikkan ilmu dan teori yang berkaitan dengan konflik kerja keluarga, welas diri dan resiliensi.