

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Pandemi COVID-19 yang telah terjadi sejak Maret 2020, sebagaimana dideklarasikan oleh *World Health Organization*, mengharuskan masyarakat untuk melakukan *social distancing* serta upaya pencegahan lainnya yaitu senantiasa mencuci tangan pada air mengalir serta menggunakan sabun dan juga memakai masker. Upaya tersebut tentunya dilakukan agar manusia terhindar dari COVID-19, namun menyebabkan banyak perubahan pada kehidupan manusia, yang menempatkan risiko pada aspek kesehatan mental seseorang (Pera, 2020).

Akibat pandemi COVID-19 ini, kegiatan belajar mengajar harus mengalami perubahan, dari metode tatap muka menjadi metode tatap muka secara daring. Meskipun sarana dan prasarana kini telah tersedia untuk kelangsungan kegiatan belajar mengajar secara daring, hal tersebut tidak dapat menjamin kualitas pembelajaran sama seperti kegiatan belajar mengajar secara tatap muka normal (Radu, Schnakovszky, Herghelegiu, Ciubotariu, & Cristea, 2020). Kesulitan tentunya dirasakan oleh semua pihak, namun bagi para guru hal ini merupakan sesuatu yang serius. Akibat COVID-19, semua orang berisiko akan gangguan kesehatan mental mereka, hal ini juga terjadi pada guru. Namun pada guru, hal tersebut menjadi sangat serius dikarenakan kewajiban seorang guru untuk senantiasa memberikan pengajaran serta didikan yang baik bagi siswa mereka (Zhou & Yao, 2020).

Salah satu artikel pada laman *Our World in Data* (2018), mengestimasi sebanyak 792 juta jiwa di dunia mengalami gangguan mental, apabila diartikan dalam bentuk persen terdapat 10,7% jiwa di dunia yang mengidap gangguan kesehatan mental. Data tersebut merupakan data pada tahun 2017 (Ritchie & Roser, 2018). Angka lainnya disebutkan pada salah satu artikel di lama *The Guardian* tahun 2019, dimana pada tahun 2017 terdapat sebanyak 971 juta individu di dunia yang mengalami gangguan kesehatan mental. Data tersebut dikemukakan oleh

IMHE's Global Burden of Disease. Sedangkan untuk data di Indonesia, berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, sebanyak 6,2% penduduk Indonesia yang berusia lebih dari 15 tahun hingga 24 tahun mengalami gangguan mental emosional. Pada penduduk berusia 25 hingga 34 tahun, angka prevalensi penderita gangguan mental emosional sebesar 5,4%. Untuk tingkatan usia selanjutnya, angka presentase penderita gangguan mental emosional di Indonesia juga ikut meningkat, dimana 5,6% persen pada usia 35-44 tahun, 6,1% persen pada kelompok usia 45-54 tahun, serta 6,5% pada kelompok usia 55 hingga 64 tahun.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yikealo (2018) yang membahas terkait tingkat stress pada mahasiswa, kondisi stress mental yang dialami oleh mahasiswa tersebut kemudian menyebabkan kondisi stress fisik, dengan beberapa gejala di antaranya yaitu nafsu makan menurun, kelelahan, demam, insomnia, sakit kepala dan denyut jantung meningkat serta masalah sistem pernapasan. Gejala tersebut dapat dikatakan sebagai gejala gangguan somatoform, atau menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi kelima (DSM-V) gangguan tersebut dinamakan sebagai *Somatic Syndrom Disorder* (SSD). Gangguan somatoform melibatkan satu atau lebih gejala fisik yang disertai dengan lamanya waktu, emosi, dan/atau perilaku yang berlebihan terkait dengan gejala yang menyebabkan gangguan atau disfungsi yang signifikan, dimana gejala fisik tersebut dapat atau tidak dapat didefinisikan melalui suatu kondisi medis yang pasti. Keadaan ini muncul dari sensasi sensasi pada tubuh yang kemudian dirasakan meningkat dan cenderung diinterpretasikan sebagai suatu gangguan medis. Hingga kini, sebab akibat dari kondisi ini masih memerlukan penelitian lebih lanjut namun terdapat beberapa faktor risiko terjadinya kondisi ini yaitu trauma dalam kehidupan, gaya hidup tidak sehat, *paranoid*, stressor psikososial, serta pengangguran dan gangguan pada pekerjaan. Prevalensi keberadaan gangguan somatoform ini diestimasi sebesar 5 hingga 7% pada populasi umum dengan wanita berisiko lebih tinggi dari pada pria dengan perbandingan 10:1 (APA, 2013).

Sebuah penelitian terkait gangguan somatoform dan stress pada guru, mengungkapkan bahwa guru dengan lama bekerja lebih rendah, guru yang bekerja di sekolah dasar, serta guru dengan *job control* dan *job satisfaction* yang rendah, lebih banyak merasakan gangguan somatoform. Pada keseluruhan hasil guru

dengan gangguan somatoform yaitu sebesar 940 guru, 47,8% merupakan guru sekolah dasar. Sebanyak 26,5% dari total guru dengan gangguan somatoform merupakan guru dengan pengalaman bekerja 1 hingga 5 tahun. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa guru dengan gangguan somatoform secara signifikan memiliki tingkat stress yang lebih tinggi. Kondisi tersebut berdampak negatif pada guru antara lain yaitu kinerja guru menjadi terganggu serta mengurangi tingkat kepuasan guru pada kinerjanya, (Howard et al., 2017).

Salah satu penelitian yang menggali terkait gangguan stress pada guru yaitu penelitian yang dilakukan oleh Q. Li, et al pada tahun 2020. Penelitian tersebut bertempat di China dan dilakukan terhadap 88.611 sampel guru. Pada hasil penelitian, dinyatakan sebanyak 12.110 guru atau sebesar 13% dari populasi penelitian mengalami *anxiety disorder* atau gangguan kecemasan. Partisipan yang berusia 40 hingga 50 tahun, apabila dibandingkan dengan kelompok usia 18 hingga 30 tahun, 17% lebih riskan untuk mengalami gangguan kecemasan tersebut (Li, Miao, Zeng, Wu, & Wu, 2020).

Stress kerja pada guru tersebut disebabkan oleh beberapa hal. Menurut Sidik (2017), stress kerja pada guru diakibatkan oleh salah satunya kondisi siswa, dimana siswa sebagai objek utama dari tugas yang diemban oleh seorang guru. Selain itu, stress kerja juga disebabkan oleh beban tugas, yang diakui oleh sebagian besar responden guru merupakan salah satu faktor utama penyebab stress kerja pada guru. Stress kerja guru juga diakibatkan oleh faktor lainnya yaitu lingkungan kerja, peran ganda, serta peraturan (Sidik, 2017).

Guru memiliki beberapa tugas pokok berdasarkan Permendikbud RI No. 15 tahun 2018 yaitu merencanakan pembelajaran, melaksanakan hasil pembelajaran, menilai hasil, membimbing dan melatih peserta didik, serta melaksanakan tugas tambahan. Tugas tambahan tersebut apabila dijabarkan berupa wakil kepala satuan pendidikan, ketua program keahlian, wali kelas, pembina ekstrakurikuler, ketua Lembaga Sertifikasi Profesi Pihak Pertama (LSP-P1), dll (Kemendikbud RI, 2018). SMKN 16 Jakarta merupakan salah satu sekolah kejuruan kelompok bisnis manajemen. SMKN 16 Jakarta juga memiliki LSP-P1 yang merupakan lembaga yang bertugas untuk menguji dan mengeluarkan sertifikat kompetensi bagi para siswa, yang telah mendapatkan lisensi dari Badan Nasional Sertifikasi Profesi

(BNSP). Sejak diadakannya Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) akibat pandemi Covid-19, banyak guru yang merasa kesulitan serta beberapa pekerjaan tidak bisa diselesaikan dengan lancar. Selain itu, terdapat guru yang mengeluhkan kelelahan, sakit kepala, serta tidak tenang dalam tidur yang dimilikinya, dimana beberapa keluhan tersebut dapat merupakan gejala gangguan somatoform. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, sebanyak 58% guru mengalami salah satu gejala gangguan somatoform. Dari 58% guru tersebut, 80% mengeluhkan gejala gangguan somatoform ringan dengan kisaran angka 1 hingga 9, sedangkan sisanya mengeluhkan gejala gangguan somatoform menengah dengan kisaran angka 10 hingga 13.

Berdasarkan keadaan yang telah diuraikan tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian terkait hubungan antara tingkat stress yang dialami pada guru SMKN 16 Jakarta dengan terjadinya gangguan somatoform, sehingga judul yang diambil pada penelitian ini adalah Hubungan antara Karakteristik Guru dan Tingkat Stress dengan Gangguan Somatoform pada Guru SMKN 16 Jakarta pada Masa Covid-19.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan pada latar belakang, keadaan tersebut dapat memberikan dampak, baik bagi kehidupan pribadi guru serta hal penting lainnya yaitu kehidupan dalam kegiatan belajar dan mengajar yang mereka miliki. Gangguan yang dirasakan dapat memberikan dampak yang negatif pada kinerja mereka, sedangkan dalam hal ini, kinerja mereka memiliki peran penting dalam meningkatkan kecerdasan siswa dan siswinya. Oleh karena itu, peneliti mengangkat penelitian yang ingin melihat apakah terdapat hubungan antara tingkat stress dengan gangguan somatoform pada guru di SMKN 16 Jakarta pada masa Covid-19?

I.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan karakteristik guru dan tingkat stress dengan gangguan somatoform pada guru SMKN 16 Jakarta pada masa Covid-19.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kejadian gangguan somatoform pada guru SMKN 16 Jakarta
- b. Mengetahui gambaran karakteristik guru (beban kerja, usia, jenis kelamin, dan masa kerja) pada guru SMKN 16 Jakarta pada masa Covid-19
- c. Mengetahui gambaran tingkat stres pada guru SMKN 16 Jakarta pada masa Covid-19
- d. Mengetahui hubungan karakteristik guru (beban kerja, usia, jenis kelamin, dan masa kerja) dengan gangguan somatoform pada guru SMKN 16 Jakarta pada masa Covid-19
- e. Mengetahui hubungan tingkat stres dengan gangguan somatoform pada guru SMKN 16 Jakarta pada masa Covid-19

I.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Secara Teoritis

Hasil daripada penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk memperluas keilmuan kesehatan masyarakat, khususnya pada aspek stres dan gangguan somatoform pada guru.

1.4.2 Secara Praktis

- a. Bagi Guru SMKN 16 Jakarta
Penelitian diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan guru terkait gangguan somatoform dan tingkat stress, serta dapat menjadikan saran sebagai masukan untuk diterapkan di kehidupan sehari-hari.
- b. Bagi SMKN 16 Jakarta
Penelitian diharapkan dapat bermanfaat bagi proses kegiatan kerja, khususnya kegiatan belajar mengajar di SMKN 16 Jakarta, sehingga pihak sekolah dapat selalu mengevaluasi dan merencanakan yang terbaik bagi pendidikan siswa siswinya.
- c. Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu wawasan yang kemudian dapat dikembangkan sehingga menjadi lebih bermanfaat bagi kesehatan masyarakat.

d. Bagi Masyarakat

Penelitian diharapkan dapat menjadi salah satu jendela ilmu terkait hubungan karakteristik guru dan tingkat stress dengan gangguan somatoform, serta menambah wawasan yang diharapkan dapat terus dimanfaatkan dan dikembangkan oleh masyarakat sesuai dengan bidang yang diampu.

I.5 Ruang Lingkup

Penelitian dilakukan di SMKN 16 Jakarta, dengan populasi terdiri atas semua guru SMKN 16 Jakarta, baik dengan latar belakang guru honorer maupun PNS. Pada penelitian ini terdapat beberapa karakteristik responden yang akan dibahas yaitu terkait usia, jenis kelamin, beban kerja, dan masa kerja, serta tingkat stress. Penelitian ini akan memiliki fokus topik yaitu hubungan karakteristik guru dan tingkat stress dengan gangguan somatoform pada guru SMKN 16 Jakarta pada masa Covid-19. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan pada penelitian ini yaitu teknik *total sampling*, dengan banyaknya sampel minimal yang harus terpenuhi yaitu 34 sampel. Penelitian telah dilaksanakan pada bulan April 2021 hingga Juni 2021. Penelitian ini menggunakan beberapa kuisioner baku yaitu kuisioner *Perceived Stress Scale-10 item* (PSS-10) untuk variabel tingkat stress, *Patient Health Questionnaire* (PHQ-15) *Somatic Symptom Severity Scale* untuk variabel gangguan somatoform, dan NIOSH *Generic Job Stress Questionnaire* untuk variabel beban kerja. Data hasil pengisian kuisioner oleh responden menjadi sumber data primer pada penelitian ini. Data tersebut diolah secara univariat serta bivariat dengan menggunakan uji *chi square*.