

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Stres kerja merupakan hal yang umum terjadi diantara para pekerja, baik sektor formal maupun informal. Menurut Nur (2013), stres kerja merupakan respons penyesuaian pada individu terhadap bermacam-macam tuntutan yang berasal dari dalam ataupun luar tempat kerjanya yang dianggap menjadi peluang serta ancaman. Menurut penelitian Regus (2012), pekerjaan adalah faktor yang utama dalam menimbulkan stres pada pekerja di Asia Pasifik. Pada negara Thailand, sebanyak 75% responden menyatakan pekerjaan merupakan pemicu utama stres, diikuti oleh negara China dan Indonesia sebanyak 73%, Vietnam sebanyak 71%, Singapura sebanyak 63%, Hong Kong sebanyak 62%, dan Malaysia sebanyak 57%.

Stres pada pekerja dapat memiliki berbagai macam dampak bagi kehidupan pekerja. Menurut WHO (2010), tekanan yang bisa diterima oleh seseorang dapat menimbulkan perilaku waspada, termotivasi, bekerja lebih giat, serta belajar. Namun, ketika tekanan itu berubah menjadi melebihi kapasitas atau tidak terkendali, hal tersebut menimbulkan stres dan dapat mempengaruhi kesehatan pekerja. Menurut Setiawan (2019), pekerja yang mengalami stres akan mengakibatkan menurunnya kesehatan, motivasi kerja, serta penurunan produktivitas dalam pekerjaannya.

Guru sebagai bagian dari pekerja, tidak terlepas dari risiko stres akibat kerja. Menurut Nasrum (2019), guru memegang peranan utama dalam pendidikan sehingga guru dituntut bertanggung jawab terhadap diri sendiri, institusi, keluarga, dan pula pada masyarakat. Selanjutnya, menurut Kamdi (2014) terdapat tuntutan tugas lain yang harus dilakukan oleh seorang guru seperti mengembangkan diri, publikasi secara ilmiah, serta mengembangkan inovasi pembelajaran. Menurut Nasrum (2019), hal-hal yang harus dilakukan cukup beragam dan tidak mudah, sehingga dapat memperbesar peluang seorang guru terkena stres kerja. Sejalan dengan penelitian Arismunandar pada tahun 2008 pada 80.000 guru (dalam Muhbar

& Rochmawati, 2019), disebutkan yaitu 30,27% guru di Sulawesi Selatan menderita stres dalam bekerja, dapat diartikan bahwa kuantitas guru yang menderita stres dalam pekerjaan sebesar 24.000 guru.

Banyak hal yang menjadi faktor pemicu munculnya stres kerja, menurut Harahap & Putra (2017), ada dua faktor yang dapat memunculkan stres kerja pada guru yaitu faktor lingkungan kerja (keadaan fisik, manajemen di tempat kerja, hubungan sosial dalam pekerjaan) serta faktor personal (kepribadian individu, pengalaman, sosial-ekonomi). Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Amalia et al. (2017) di SLB Negeri Semarang, ditemukan bahwa ada hubungan antara beban kerja mental, jenis kelamin, serta hubungan interpersonal dengan kejadian stres kerja pada guru. Lalu, penelitian yang dilakukan oleh Sugiarto et al. (2018) di SD Yayasan Profesor Doktor Sri Soedewi, menemukan bahwa struktur organisasi, suasana kerja, beban kerja mental, dan dukungan organisasi berpengaruh terhadap stres kerja guru. Kemudian, dilakukan penelitian di SDN 02 Jombang Ciputat oleh Fitria (2017), dinyatakan bahwa umur, beban kerja, rutinitas kerja, dan masa kerja berhubungan dengan timbulnya stres kerja pada guru.

Guru mengajar pada berbagai jenjang, mulai dari Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) hingga jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Masing-masing guru memiliki beban kerja yang berbeda pada tiap jenjangnya, salah satunya pada guru SMA atau setingkatnya yang memiliki tugas untuk mengajar pada satu pelajaran di sekolah, namun dihadapkan dengan banyak siswa pada berbagai kelas berbeda. Oleh karena itu, guru SMA dan setingkatnya memiliki permasalahan yang beragam pula hingga dapat memicu timbulnya stres kerja.

Pada kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan guru dan siswa tidak lepas dari adanya tantangan, salah satunya yaitu adanya pandemi penyakit menular COVID-19 yang mengharuskan guru dan siswa melakukan pembelajaran jarak jauh dengan sistem dalam jaringan/*online*. Metode pembelajaran daring menjadi salah satu alternatif atau solusi yang diterapkan dalam penyampaian ilmu oleh tenaga pengajar atau tenaga pendidik pada sistem pendidikan saat ini, dikarenakan tatap muka secara langsung tidak diperkenankan. Meskipun sistem pembelajaran berubah, guru dituntut untuk memastikan tetap berjalannya sistem belajar mengajar, sehingga guru diharuskan melakukan pembaharuan pada media pembelajaran

(Harnani 2020). Seperti pada guru Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), mayoritas metode pembelajaran pada awalnya dilakukan dengan praktikum, dengan berubahnya metode ajar, guru harus sedemikian rupa mendesain media dan memanfaatkan berbagai cara agar metode penyampaian materi dapat terlaksana dengan baik. Begitu pula pada guru SMA, berbagai praktikum yang harus dilaksanakan terhambat dan harus diubah karena sistem pembelajaran daring. Hal tersebut menambah permasalahan baru dikalangan guru SMA dan SMK.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada perwakilan 5 guru dari SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi, diperoleh hasil bahwa metode pembelajaran daring memiliki banyak kendala diantaranya perubahan metode pengajaran membuat guru kesulitan dalam beradaptasi pada tahap awal terutama pada guru yang berusia lanjut. Kemudian bertambahnya beban kerja karena keharusan membuat media pembelajaran tambahan seperti *microsoft powerpoint*, *vidio*, ataupun *microsoft word*. Ditambah dengan banyaknya siswa yang tidak mematuhi aturan dalam pengumpulan tugas sehingga beban pekerjaan menumpuk. Selain itu, disampaikan bahwa sekolah berada pada kondisi sosial ekonomi menengah ke bawah, sehingga sarana yang kurang memadai seperti kepemilikan *gadget/laptop* dan paket internet menghambat guru dalam melaksanakan sistem pembelajaran daring. Selanjutnya, dikarenakan sistem pengajaran dilaksanakan secara jarak jauh dari rumah masing-masing, interaksi antar rekan kerja menjadi berkurang serta bertambahnya tuntutan guru seperti keharusan bagi guru dalam mengurus rumah tangga sekaligus. Keadaan lingkungan yang berubah membuat guru menjadi kesulitan fokus dalam mengajar karena kondisi rumah kurang kondusif.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi, guru memiliki faktor risiko stres akibat kerja yang mungkin dapat mempengaruhi kesehatan guru. Terdapat berbagai faktor pemicu terjadinya stres kerja selama pembelajaran daring tahun ajaran 2020-2021, penelitian dimaksudkan agar menemukan faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja yang mungkin berdampak negatif bagi kehidupan guru SMKS dan SMAS Sandikta di Kota Bekasi.

I.2 Rumusan Masalah

Pembelajaran daring merupakan suatu sistem yang dapat diterapkan dalam suatu keadaan tertentu jika pembelajaran secara langsung dengan bertatap muka tidak memungkinkan untuk dilaksanakan. Dewasa ini, dunia dihadapkan dengan pandemi virus sangat menular dan berbahaya bagi kesehatan masyarakat yaitu COVID-19, sehingga pembelajaran daring menjadi salah satu solusi dalam dunia pendidikan melaksakan kegiatan belajar mengajar. Sebagai salah satu alternatif lain dalam metode pengajaran, pembelajaran daring memiliki peran penting dalam sistem pendidikan. Guru sebagai pemeran utama dalam sistem pembelajaran daring memiliki peran penting demi kesuksesan sistem belajar mengajar. Namun, guru dalam menjalani proses pembelajaran daring harus dihadapkan dengan banyak peserta didik dari berbagai kelas dan tuntutan tugas lain di rumahnya karena guru *work from home*. Hal tersebut memungkinkan guru mengalami stres dalam pekerjaannya yang mungkin berdampak pada kehidupan. Oleh sebab itu, adanya penelitian ini agar diketahui faktor apa sajakah yang berhubungan dengan kejadian stres kerja pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi dalam sistem pembelajaran daring selama tahun ajaran 2020-2021?

I.3 Tujuan

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi stres kerja pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik individu (usia dan jenis kelamin) pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021

- c. Mengetahui distribusi frekuensi faktor pekerjaan (beban kerja, masa kerja, dan lingkungan kerja) pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021.
- d. Mengetahui distribusi frekuensi faktor sosial (hubungan interpersonal dalam pekerjaan dan sosial ekonomi) pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021.
- e. Mengetahui hubungan antara karakteristik individu (usia dan jenis kelamin) dengan kejadian stres kerja pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021.
- f. Mengetahui hubungan antara faktor pekerjaan (beban kerja, masa kerja, dan lingkungan kerja) dengan kejadian stres kerja pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021.
- g. Mengetahui hubungan antara faktor sosial (hubungan interpersonal dalam pekerjaan dan sosial ekonomi) dengan kejadian stres kerja pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021.
- h. Mengetahui faktor yang paling berhubungan dengan kejadian stres kerja pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama pembelajaran daring yang dilaksanakan sepanjang tahun ajaran 2020-2021.

I.4 Manfaat

I.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini dimaksudkan agar memberikan manfaat berupa temuan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stres kerja pada guru selama pembelajaran daring, sehingga faktor-faktor tersebut dapat diminimalisasi atau dicegah agar tidak memberikan pengaruh negatif bagi kehidupan kerja dan kehidupan sehari-hari.

I.4.2 Bagi Institusi (SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi)

Penelitian dimaksudkan agar menjadi penetapan peraturan mengenai sistem pembelajaran daring agar tidak menimbulkan stres kerja yang berdampak negatif bagi guru, khususnya guru setingkat SMA/SMK.

I.4.3 Bagi Peneliti

Penelitian ini dimaksudkan agar memperluas wawasan peneliti dan membantu peneliti dalam mengamalkan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan semasa perkuliahan.

I.4.4 Bagi Prodi Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta

Penelitian dimaksudkan agar meningkatkan pemahaman mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru dan menjadi acuan kepustakaan serta mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan, khususnya kesehatan kerja.

I.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stres kerja pada guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi selama proses pembelajaran daring pada tahun ajaran 2020-2021. Jenis penelitian merupakan kuantitatif menggunakan desain studi *cross-sectional* dan dilakukan pada bulan April-Juni 2021. Populasi penelitian yaitu seluruh guru yang berjumlah 59 guru SMKS dan SMAS Sandikta Bekasi yang melakukan metode pembelajaran daring selama masa pandemi COVID-19. Penarikan responden untuk dijadikan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data dengan kuesioner yang disebarakan secara daring atau *online* melalui *google form*. Analisis data dalam penelitian ini adalah analisis univariat, analisis bivariat, dan analisis multivariat. Variabel independen dalam penelitian yaitu usia, jenis kelamin, masa kerja, beban kerja, lingkungan kerja, hubungan interpersonal dalam pekerjaan, dan sosial ekonomi. Sedangkan, variabel dependen yang diteliti yaitu stres kerja.