

BAB I

PENDAHULUAN

Pendidikan ialah sebuah usaha sadar dan terencana guna menciptakan suasana belajar serta proses pembelajaran supaya siswa secara aktif bisa mengembangkan potensi pada diri sendiri dan keterampilan yang dibutuhkan untuk diri sendiri, masyarakat, bangsa dan negara (UU No. 20 Tahun 2003). Adapun, pendidikan diartikan sebagai proses untuk melestarikan, memajukan dan mengembangkan kebudayaan yang sudah ada sehingga tetap ada di dalam keseluruhan hidup manusia, serta menjunjung tinggi pendidikan mengenai budi pekerti yang kelak akan bermanfaat untuk mengembangkan sikap serta perilaku yang lebih baik yang kelak akan dimiliki oleh peserta didik hingga mereka dewasa nantinya.

Pendidikan dapat berdiri apabila terdapat siswa, pendidik, interaksi edukatif antar siswa dan pendidik, tujuan, materi untuk disampaikan, alat beserta metode dan lingkungan pendidikan yakni masyarakat, sekolah dan keluarga. Sekolah ialah tempat di mana kegiatan pembelajaran berlangsung, di mana sekolah sudah dirancang sedemikian rupa sebagai lembaga pendidikan yang digunakan sebagai tempat untuk berjalannya proses belajar mengajar antar pendidik dan peserta didik. Sekolah juga mempersiapkan segala fasilitas dan sarana yang sesuai dan cukup untuk mendukung berjalannya proses pendidikan, termasuk tenaga pendidik yang berkualitas untuk memberikan pembelajaran.

Guru merupakan faktor terpenting agar pendidikan tetap dapat berjalan. Pendidikan tidak dapat berjalan tanpa adanya seorang pendidik atau yang biasa dipanggil dengan sebutan guru. Guru merupakan suatu profesi yang bertugas untuk mengajarkan pembelajaran berupa ilmu pengetahuan dan budi pekerti kepada anak didiknya. Guru tidak hanya bertugas untuk mengajar namun juga membimbing, mendidik, memberikan arahan, melatih serta melakukan evaluasi pada siswa mulai dari jenjang SD hingga SMA.

Dengan segala tugas dan tanggung jawab yang dimiliki oleh seorang guru, tidak membuat seorang pendidik luput mengeluh dalam melaksanakan pekerjaannya yang mengakibatkan munculnya stres kerja. Munculnya stres kerja dapat disebabkan oleh adanya tuntutan pekerjaan ataupun orang tua peserta didik

yang tidak sesuai dengan kemampuan pribadi mereka, kurangnya keyakinan bahwa mereka bisa menjalankan tugas yang sudah menjadi tanggung jawab mereka, tengat waktu dari tugas yang diberikan yang tidak selaras dengan beban tugas, manajemen waktu yang salah sehingga menyebabkan kelalaian dalam pekerjaannya. Jika diabaikan akan berefek terhadap karier dan pekerjaannya sebagai seorang guru. Seperti yang terjadi pada kasus berikut :

Kasus ini terjadi pada seorang guru SMP di Bantul ditemukan meninggal dunia di rumahnya karena bunuh diri. Korban berinisial JTN yang berusia 55 tahun melakukan aksinya dengan cara menggantungkan dirinya menggunakan tali tambang di tiang penyangga atap rumahnya. Korban langsung dibawa oleh pihak Polres Bantul dan petugas medis dari pihak Puskesmas Bantul I untuk segera dilakukan autopsi. Kapolsek Bantul memberikan pernyataan dari saksi, yaitu kakak dari korban, menyatakan bahwa korban mengalami stress dari pekerjaannya. Korban sering merasakan kewalahan ketika adanya tugas ataupun pekerjaan yang diberikan dari pihak sekolah yang berbasis komputer karena beliau tidak mampu menggunakan komputer dan sering meminta bantuan kepada kakaknya. (<https://jogja.tribunnews.com>).

Dari survey hasil observasi dan wawancara yang dilaksanakan peneliti kepada guru yang bekerja di Global Prima, menyebutkan stres kerja mereka datang dari murid-murid yang nakal, adanya tuntutan, keluhan ataupun respon yang tidak baik dari orang tua murid, pemasukan yang diberikan terlambat dari jadwal yang seharusnya serta tugas ataupun tanggung jawab yang diberikan tidak selaras dengan kemampuan ataupun pengalaman yang dimiliki, tengat waktu dari tugas yang diberikan kurang selaras dengan beban tugas yang diberikan.

Dari uraian beberapa kasus di atas dan beserta hasil observasi wawancara yang dilakukan oleh peneliti, stres kerja yang terjadi disebabkan oleh tuntutan dari orang tua peserta didik, tanggung jawab ataupun tugas yang diberikan kurang sesuai dengan kemampuan yang dimiliki dan adanya permasalahan dari peserta didik itu sendiri.

Handoko (2011) mengatakan stres kerja ialah sebuah keadaan ketegangan yang memberikan pengaruh pada emosi, proses berpikir serta keadaan seseorang. Stres kerja bisa mempengaruhi emosi, kemampuan seseorang dalam melakukan pekerjaannya dan kesulitan dalam menghadapi lingkungan kerjanya. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Robbins (2006) stres kerja ialah suatu keadaan yang muncul dari interaksi antara manusia dengan pekerjaan yang dikelompokkan oleh perubahan yang memaksa mereka untuk berlawanan dengan fungsi normal mereka.

Robbins dan Judge (2017) membagi stres kerja menjadi tiga aspek diantaranya: 1) Aspek fisiologis ialah aspek yang mempengaruhi perubahan pada metabolisme tubuh seperti tekanan darah, gangguan pernafasan, bertambahnya detak jantung, otot kaku sampai masalah di sistem pencernaan; 2) Aspek psikologis ialah masalah kesehatan mental seseorang contohnya merasa bosan pada lingkungan kerja, mudah tersinggung, cemas saat mengerjakan tugas, tertekan dan tegang saat bekerja, ketidakpuasan dalam masalah pekerjaan serta tindakan yang lain; 3) Aspek perilaku berkaitan dengan kinerja, misalnya mengkonsumsi barang terlarang, perubahan produktivitas, mudah berperilaku, menjadi malas bekerja.

Salah satu faktor yang memberikan pengaruh pada stres kerja yakni *self efficacy* atau disebut juga efikasi diri. Penelitian yang dilakukan oleh Harahap, (2022) terhadap 35 guru di SLB Negeri Autis Medan dan Smart Aurica School. Hasil penelitian memperlihatkan ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan stres kerja, di mana makin tinggi *self efficacy* maka makin rendah stres kerja sebaliknya, makin rendah *self efficacy* maka makin tinggi stres kerja.

Bandura (1997) menjabarkan *self efficacy* merupakan keyakinan pada kemampuan diri sendiri guna memberikan pengaturan serta melaksanakan tindakan yang dibutuhkan supaya dapat mendapatkan sebuah pencapaian yang diharapkan. *Self efficacy* mempengaruhi bagaimana seseorang dalam menghadapi setiap keadaan ataupun permasalahan yang datang dalam hidupnya. Senada dengan apa yang disampaikan oleh Santrock (2007) *self efficacy* ialah keyakinan diri seseorang bahwa dirinya bisa melaksanakan

ataupun menyelesaikan suatu keadaan dan akan berhasil melaksanakannya.

Bandura (2011) membagi *self efficacy* menjadi 3 aspek antara lain : 1) *Level/Magnitude*, merupakan tingkat kesulitan tugas ataupun situasi yang dipandang berbeda dari tiap-tiap individu; 2) *Generality*, berhubungan dengan penguasaan individu pada masalah ataupun melaksanakan tugas yang diberikan, serta yakin atau tidaknya seorang individu dalam menghadapi ataupun melakukan tugasnya; 3) *Strength*, merupakan seberapa besar keyakinan seorang individu akan kemampuan dirinya serta bertahan dengan usaha mereka walaupun ada banyak hambatan dan kesulitan.

Penelitian yang terdahulu yang sama dilakukan oleh Abdurrahman dan Nirmala (2020) menunjukkan adanya pengaruh negatif antara *self efficacy* dengan stres kerja. Dengan nilai koefisien korelasi *self-efficacy* (X) dengan stres kerja (Y) senilai $r = -0.557$ dengan nilai nilai p-value antara *self-efficacy* (X) dengan stres kerja (Y) yakni 0,000. Peneliti menyimpulkan adanya korelasi negatif signifikan antara variabel *self efficacy* pada variabel stres kerja.

Hipotesa yang diajukan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara stres kerja dengan *self efficacy*. Dengan asumsi bahwa makin tinggi *self efficacy* makin rendah stres kerja yang dimiliki sebaliknya, makin rendah *self efficacy* makin tinggi stres kerja.

Berdasarkan uraian fenomena-fenomena, contoh kasus serta pendapat dari para ahli di atas maka bisa ditarik kesimpulan *self efficacy* memiliki pengaruh terhadap stres kerja guru di sekolah, sehingga hal ini yang menjadi alasan bagi peneliti untuk mengangkat judul dengan tema “Stres Kerja Ditinjau Dari *Self Efficacy* Pada Guru-Guru Yang Mengajar Kurikulum Merdeka di Sekolah Swasta Global Prima Medan”.

Adapun rumusan masalah yang diajukan pada penelitian tersebut, yakni apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* terhadap stres kerja pada guru-guru yang mengajar kurikulum merdeka di sekolah Global Prima. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat hubungan *antara self efficacy* dan stres kerja pada guru-guru yang mengajar kurikulum merdeka di Global Prima. Dari segi manfaat teoritis penelitian ini diharapkan bisa memberikan

kontribusi pada ilmu psikologi serta menambah referensi teori psikologi pada umumnya dan psikologi pendidikan serta psikologi industri dan organisasi. Kemudian, dari segi manfaat praktis ditujukan kepada dua pihak yaitu pertama, bagi tenaga pendidik, penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam meningkatkan *self efficacy* dan menurunkan stres kerja pada guru. Selanjutnya, satuan pendidikan, penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat serta informasi positif untuk pihak sekolah agar menjadi masukan yang positif seperti dengan melakukan pelatihan-pelatihan, kegiatan bersama antara guru dan atasan dengan harapan agar ikatan antara guru dan atasan semakin kuat dan sekolah dapat lebih berkembang dan mendapatkan kemajuan.