

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Wabah penyakit virus corona 2019 (Covid-19) menyebar ke seluruh dunia sejak awal tahun 2020 memberikan tekanan psikologis bagi setiap orang. Ketakutan dan kecemasan tentang suatu penyakit yang masih asing bagi sebagian orang, ditambah dampak dan kerugian besar bagi kehidupan dapat menyebabkan kekhawatiran, ketakutan, dan stres yang meluas, yang semuanya merupakan reaksi alami terhadap situasi yang berubah dan tidak pasti yang didapati oleh setiap orang (Dewi, 2020).

Banyak pekerja yang kehilangan pekerjaan. Bagi mereka yang cukup beruntung, akan tetap bekerja dengan berdiam diri di rumah, sementara mereka yang mengandalkan upah harian, akan sangat berbeda keadaannya (BBC, 2020). Seperti pedagang asongan, buruh harian, dan sopir transportasi umum. Mereka harus tetap pergi ke luar rumah untuk mencari nafkah dengan berbagai ancaman dan kemungkinan-kemungkinan buruk yang mungkin terjadi ditengah adanya pandemi ini.

Pandemi Covid-19 berdampak pada berbagai sisi kehidupan, mulai dari pendidikan hingga ekonomi. Berbagai kebijakan dan imbauan pun dikeluarkan pemerintah untuk menekan penyebaran Covid-19, salah satunya mengimbau masyarakat tidak keluar rumah. Sistem bekerja dari rumah menjadi salah satu solusi untuk meminimalisasi penyebaran penyakit Covid-19. Namun, dalam pelaksanaannya tidak semua sektor pekerjaan bisa dikerjakan di rumah atau yang lebih dikenal dengan *work from home*. Faktor yang menghambat kelancaran bekerja dari rumah antara lain seperti ukuran rumah, ketiadaan alat kerja dan komunikasi, serta kurangnya koordinasi, juga bisa menghambat produktivitas bekerja dari rumah (Dewi, 2020). Menjadi tantangan bagi pekerja yang bekerja di rumah pada masa pandemi Covid-19 ini. Tidak terkecuali guru yang harus tetap mengajar di tengah pandemi ini

Berdasarkan Undang-Undang Guru dan Dosen tahun 2005 menyatakan Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Dalam menjalankan peran tersebut, tidak sedikit beban kerja yang dihadapi oleh seorang guru yang menimbulkan kerumitan, ketidakpuasan dan kelelahan emosi pada guru (Purba, 2007).

Guru memiliki peran yang sangat penting dalam proses belajar dan mengajar di sekolah. Rusman (Kirom, 2017) menjelaskan ada empat peran guru sebagai pengajar, yaitu peran guru sebagai demonstran, peran guru sebagai pengelola kelas, peran guru sebagai mediator dan fasilitator, dan peran guru sebagai evaluator. Peran guru sebagai demonstran yaitu guru mampu menguasai dan mengembangkan materi pembelajaran. Peran guru sebagai pengelola kelas yaitu guru mampu mengelola kelas. Peran guru sebagai mediator yaitu guru memiliki bekal pengetahuan akan materi yang diajarkan dan keterampilan tentang teknik-teknik mengajar. Peran guru sebagai fasilitator yaitu guru mampu mempertunjukkan referensi bahan ajar. Terakhir, peran guru sebagai evaluator yaitu guru mampu mengukur apakah materi yang diajarkan sudah berhasil dicapai oleh siswa.

Peran guru sebagai pengajar menuntut guru harus memiliki dan meningkatkan keterampilan-keterampilan lain untuk menunjang tugas-tugas mengajarnya, seperti keterampilan mengoperasikan komputer, menggunakan koneksi internet, kecakapan berkomunikasi, dan lain-lain (Asmani, 2011). Selain itu, guru tidak hanya berperan mengajar di dalam kelas saja. Menurut Asmani (2011), guru memiliki peran di luar kelas seperti berperan sebagai organisator dimana guru memiliki tugas untuk mengelola berbagai proses akademik, turut menyusun tata tertib sekolah, dan menentukan kalender akademik.

Guru juga berperan penting dalam menentukan mutu pendidikan. Hal ini karena guru langsung berhadapan dengan siswa. Siswa akan melihat dan meniru apa yang dilakukan guru, baik di kelas maupun di luar kelas. Shabir (2015)

menyatakan bahwa tujuan akhir dari peran guru adalah membentuk pribadi siswa menjadi pribadi yang mandiri dan matang. Salah satu perilaku yang harus dilakukan guru dalam membentuk kepribadian dan karakter siswa dijelaskan oleh Ormrod (2008) bahwa guru harus mampu memberikan perlakuan yang sama secara profesional kepada seluruh siswa walaupun berbeda agama, status ekonomi, dan lokasi tempat tinggal.

Guru adalah profesi dengan tanggung jawab yang berat. Guru juga berinteraksi dengan sejumlah besar siswa, orang tua, sesama guru, dan kepala sekolah yang masing-masing memiliki masalah dan tuntutan berbeda. Tanggung jawab sebagai pendidik menuntut guru untuk memahami nilai-nilai dan norma-norma di masyarakat. Dengan pemahaman yang baik tentang nilai-nilai dan norma, guru dapat menjadi panutan dan siswa. Selanjutnya, guru bertanggung jawab untuk membantu siswa mempelajari sesuatu baru, untuk mengembangkan dan melatih kompetensi untuk meningkatkannya secara optimal. Sebagai mentor, guru bertugas merumuskan tujuan dan metode dalam proses pembelajaran sesuai dengan kapasitas dan kebutuhan siswa (Santoso, 2018).

Guru dapat dikatakan sebagai garda terdepan kemajuan bangsa Indonesia. Jika ditelaah lebih jauh, waktu efektif yang dimiliki oleh siswa untuk belajar, berinteraksi dan berkomunikasi, lebih banyak dihabiskan di sekolah, sehingga tidak berlebihan jika dikatakan bahwa potensi siswa sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah, dalam hal ini tentu saja perhatian guru. Guru diharapkan mampu membawa perubahan bagi siswa, terutama untuk membangkitkan semangat dan keinginan siswa untuk belajar, yang pada akhirnya akan membawa siswa kepada keberhasilan (Leonard, 2015). Keteladanan guru dan tenaga pendidik bagi murid menjadi kunci sukses dalam pencerdasan kehidupan bangsa. Pemerintah sangat mengandalkan guru dan tenaga kependidikan dalam membangun kualitas sumber daya manusia.

Selain itu, guru juga harus berhadapan dengan berbagai stresor di lingkungan sekolah (Chan, 2010). Misalnya siswa yang berkelakuan tidak baik di sekolah, atau siswa yang melakukan perilaku indisipliner, juga ada siswa yang tidak memiliki motivasi belajar. Guru sendiri juga harus menghadapi beban kerja yang tinggi dan tekanan dalam menyelesaikan pekerjaan-pekerjaan tersebut. Bisa jadi muncul konflik peran pada guru, selain juga muncul konflik dengan sesama kolega guru, staf administrasi, atau pihak pengelola sekolah. Dari orangtua serta pihak pembuat kebijakan pendidikan juga guru harus menghadapi tuntutan yang tidak ringan. Guru juga harus berhadapan dengan masalah pencapaian skor siswa saat melaksanakan ujian dan masalah reputasi sekolah yang harus dijaga (Cui, dkk., 2018).

Peran guru dalam pembelajaran tidak dapat tergantikan meskipun dalam suasana pandemi peran teknologi yang diutamakan. Teknologi hadir sebagai jembatan dalam mempermudah guru dalam mengajar pada era pandemi. Namun kenyataannya, ada banyak problem yang terjadi dilapangan. Masih banyak kendala proses pembelajaran dalam masa pandemi oleh karenanya peran guru sangat dibutuhkan agar peserta didik tetap bisa dimonitor hasil belajarnya (Sukitman, dkk 2020).

Kebijakan pemerintah mengenai pembelajaran daring pada pandemi covid-19 ini mengharuskan guru harus melakukan pengajaran secara online dari rumah. Guru yang biasanya melakukan pembelajaran secara konvensional harus dilakukan dengan jarak jauh yang membuat guru kelimpungan dalam membuat metode pembelajaran agar tetap berjalan secara efektif dan efisien. Posisinya bagi guru dalam keadaan pandemi covid-19, guru akan aman dengan tetap berada dalam rumah. Namun, merubah kebiasaan sangatlah sulit, kebiasaan yang sudah mengakar akan menyulitkan guru untuk beradaptasi dengan lingkungan dan situasi baru. Kendala selanjutnya yaitu metode, gaya dan strategi guru dalam pembelajaran harus berubah dan disesuaikan dengan pembelajaran secara online (Dewi, 2020).

Metode yang digunakan harus dapat memaksimal sehingga dapat diserap peserta didik. Salah satu aspek penting dalam metode pembelajaran terutama pembelajaran secara online yaitu komunikasi. Guru yang biasanya melakukan komunikasi secara langsung dengan peserta didik harus mampu melakukan komunikasi secara online (Rachmat & Krisnadi, 2020).

Guru harus memperhatikan komunikasi sehingga pembelajaran dapat tersalurkan. Guru harus mampu merubah gaya komunikasi di era pandemi covid-19, yang biasanya guru berkomunikasi satu arah dan biasanya terjadi diskusi dengan peserta didik, pada pandemi covid-19 sekarang ini membuat peserta didik kurang aktif dan kurang termotivasi dalam berdiskusi secara online (Putra, 2021). Maka dari itu guru harus sigap dan mampu membangun semangat peserta didik melalui komunikasi yang baik. Kendala yang paling mendasar dan selalu di bahas di awal pembahasan ini yaitu kemampuan guru dalam menggunakan teknologi dalam proses pembelajaran. tidak semua guru ahli dan paham dengan teknologi.

Survey yang dilakukan tim *Yale Center for Emotional Intelligence* dan *Collaborative for Social Emotional and Academic Learning* pada akhir Maret 2020 terhadap 5000 guru di Amerika dilakukan untuk menyebutkan emosi yang paling sering dirasakan pada masa covid-19 (Cipriano, 2020). Lima perasaan yang paling disebutkan guru adalah: cemas, takut, khawatir, kelelahan, dan sedih. Kecemasan menjadi emosi yang paling sering disebutkan. Alasan mengapa tenaga pendidik menderita emosi yang berhubungan dengann stress pada masa pandemi ini dibagi menjadi dua hal. Pertama alasan pribadi, yaitu ketakutan pada mereka atau keluarga mereka akan terkena covid-19. Kedua, stress dalam mengelola kebutuhan mereka dan keluarganya sambil bekerja dari rumah dan beradaptasi dengan teknologi baru untuk mengajar (Cipriano, 2020).

Selain itu, survey di Perancis yang menyingkapkan bahwa 61% guru mengatakan bahwa mereka merasa kesal terhadap lingkungan yang penuh stres di tempat kerja mereka (Purba, Yulianto, dan Widayani (2007). Ternyata, fenomena yang sama juga terdapat di Indonesia, hasil penelitian terhadap guru-guru di Indonesia menunjukkan bahwa 30,27 % mengalami stres kerja yang serius (tinggi

dan sangat tinggi), 48,11 % mengalami stres kerja sedang dan 21,62 % guru mengalami stres yang kurang serius (Arismunandar, 1997).

Imbauan kepada Guru dan Tenaga Kependidikan yang disampaikan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Nadiem Makarim terkait penghentian sementara aktivitas pembelajaran tatap muka di sekolah khususnya di daerah yang terdampak Virus Covid-19 dilaksanakan secara merata oleh seluruh sekolah di Indonesia (Harsusilo, 2020). Tidak terkecuali di SMAN 2 Bangkalan. SMAN 2 Bangkalan merupakan salah satu Sekolah Menengah Negeri yang ada di kabupaten Bangkalan dengan jumlah siswa terbanyak diantara Sekolah di Madura yang berjumlah 1.234 dengan 70 guru yang mengajar. Rasio antara guru dan murid pun mencapai 1:19. Rasio ini terhitung lebih banyak dari sekolah lain yang ada di Pulau Madura, yakni rata – rata rasio guru dan murid adalah 1:16 (Kemendikbud, 2020). Himbauan oleh pemerintah mengenai keputusan *study from home* juga diterapkan di sana. Media pembelajaran daring yang digunakan seperti zoom, google classroom, Edmodo serta tugas-tugas yang diberikan secara online. Pembelajaran dialihkan yang semula dari tatap muka menjadi pembelajaran dengan media daring di rumah masing-masing.

Pembelajaran daring menuntut proses pembelajaran dilaksanakan di rumah dengan menggunakan jejaring internet. Pelaksanaan daring merubah posisi guru dalam melaksanakan kewajibannya, kewajiban guru sebagai pengajar yang lazimnya dilaksanakan secara tatap muka di sekolah berubah menjadi pengajar jarak jauh.

Menerapkan sistem pembelajaran tersebut menjadi suatu tantangan tersendiri bagi para guru yang kebanyakan lahir sebagai digital immigrants yang menyampaikan ilmu pada siswa yang mayoritas lahir sebagai digital natives (Marketeers, 2016). Oleh sebab itu, banyak guru yang harus belajar pengoperasian tatap muka jarak jauh, sekaligus materi pembelajaran serta tugas yang akan diberikan kepada siswa. Tidak dipungkiri pembelajaran menggunakan daring banyak dikeluhkan oleh siswa dan guru karena banyaknya keterbatasan yang ada.

Profesi mengajar disebut sebagai pahlawan tanpa tanda jasa, realitanya kehidupan di sekolah telah membuat pengajaran menjadi pekerjaan yang dikaitkan dengan stress. Akibatnya, banyak guru yang menemukan bahwa perasaan mereka tentang diri mereka sendiri, siswa mereka, dan Profesi mereka lebih negatif dari awal mereka mengajar. Guru-guru ini rentan untuk mengembangkan perasaan kelelahan fisik, kelelahan emosi, sikap negatif terhadap siswa mereka dan hilangnya perasaan pencapaian diri di pekerjaan (Shukla & Trivedi, 2008).

Posisi guru yang banyak menghabiskan waktu kerja di rumah menimbulkan stigma negatif masyarakat terhadap profesi guru. Stigma negatif lainnya terhadap guru saat pandemi covid -19 ini muncul karena banyak para siswa yang mengalami beban psikologis akibat menumpuknya tugas yang diberikan oleh guru, dengan beban psikologis yang dialami siswa menyebabkan orang tua yang merupakan bagian dari masyarakat selalu mengatakan bahwa guru tidak memiliki perasaan, seandainya sendiri dll. Berbagai stigma negatif yang muncul di masyarakat terhadap guru otomatis menimbulkan pertanyaan yang mengelitik bagaimanakah sebenarnya kredibilitas guru saat pandemi covid-19 ini (Supriyanto, 2020).

Dilansir dari BisnisNews (2020), guru di daerah Jakarta dan sekitarnya yang melaksanakan *work from home* mengeluhkan betapa melelahkan dan merasa stress terhadap pengajaran yang dilakukan secara daring. Hal ini dikarenakan pembelajaran yang tidak sesuai ekspektasi para guru seperti diabaikan murid saat pembelajaran, terhalangnya materi yang diajar karena keterbatasan media, hingga tertekan dengan protes orang tua terhadap banyaknya tugas yang diberikan. Selain itu, guru juga dihadapkan dengan peran ganda ketika mengajar sekaligus bersama keluarga di rumah.

Perubahan proses pembelajaran secara daring ini tentu berdampak pada banyak hal, mulai dari berkurangnya intensitas interaksi antar siswa, sampai pada tingkat kejenuhan dalam pembelajaran model daring dan pembelajaran tatap muka dalam *setting new normal*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran model daring terbukti kurang efektif dalam pembelajaran, dan siswa juga kurang memahami materi yang di sampaikan oleh guru dengan menggunakan aplikasi

google.classroom dengan media telpon seluler yang memiliki hambatan dalam koneksi jaringan (Rachmat & Krisnadi, 2020). Hasil penelitian lain menunjukkan kendala dalam proses pembelajaran online yaitu keterbatasan penguasaan teknologi internet, terbatasnya paket data internet, tugas dan tanggungjawab tambahan orang tua sebagai pendamping belajar di rumah, dan kurangnya interaksi dengan guru (Purwanto, dkk., 2020).

Hasil-hasil penelitian yang menunjukkan ketidakefektifan pembelajaran daring adalah sebuah tantangan pembelajaran oleh guru yang harus diselesaikan secepatnya, mengingat pandemi belum ada kepastian kapan berakhirnya. Memaksakan pembelajaran luring dalam suasana pandemi adalah sebuah tindakan berisiko tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa tanggung jawab guru yang semakin bertambah.

Tingginya tuntutan kerja yang harus dipenuhi seringkali membuat guru merasa lelah dalam bekerja, sulit mengendalikan emosi, hingga terkadang menjadi mudah marah dan tersinggung. Untuk itu diperlukan guru yang mampu memenuhi dan menyesuaikan diri dari berbagai macam tuntutan dalam pekerjaan. Karena pada umumnya, jika tidak mampu memenuhi berbagai tuntutan kerja, seseorang akan mengalami stres yang akhirnya akan berakibat buruk terhadap aktivitas, lingkungan maupun produktifitas kerja secara normal (Supriyanto, 2020).

Profesi guru merupakan salah satu profesi dengan tingkat stres yang paling besar dalam aspek fisik, psikologis dan kepuasan kerja (Sasono, 2015). Melihat banyaknya peran dan tanggung jawab yang harus diemban oleh guru, tentunya akan membawa dampak bagi guru. Guru yang tidak dapat memenuhi tuntutan-tuntutan yang dibebankan kepadanya akan berisiko mengalami masalah psikologis dan perasaan tertekan.

Beban masalah yang disebutkan di atas dan tekanannya dapat menjadi pemicu stress bagi guru. Menurut penelitian, stress yang berlanjut dialami oleh individu atau guru yang pekerjaannya langsung kontak dengan orang lain atau murid sebagai penerima layanan, adalah disebut *burnout* (Maslach, Leiter, dan

Schaufeli, 2001). Gejala kelelahan muncul dalam bentuk frustrasi, apatis terhadap pekerjaan; diikat oleh pekerjaan, sikap sinis terhadap siswa, tidak puas dengan sendiri diri dan sering bolos kerja karena berbagai alasan (Sovitriana, 2019).

Guru yang mengajar di SMA lebih rentan mengalami gejala *burnout* dibandingkan dengan guru yang mengajar SD dan SMP. Penyebabnya dapat dikarenakan perbedaan beban kerja antara guru SMA dengan guru SMP dan SD. Guru SMA mengajar siswa dengan karakteristik yang lebih kompleks dan tugas yang relatif lebih banyak dapat menyebabkan guru menjadi *burnout* (Purba, dkk., 2007).

Stres dan *burnout* banyak dibahas sejak Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebut *burnout* sebagai "fenomena kelelahan bekerja", dan mengklasifikasikannya dalam Penyakit Internasional terbaru, dimana digambarkan sebagai sindrom "stres kronis akibat pekerjaan yang belum berhasil dikelola" pada akhir Mei 2019.

Burnout ditandai dengan penarikan diri, sinisme terhadap klien, kelelahan emosional, fisik, dan berbagai gejala psikologis seperti mudah marah, kecemasan, dan menurunnya harga diri (Farber, 1991). *Burnout* dapat timbul ketika pekerjaan dilakukan terlalu sering, terlalu lama, terlalu berat dan terlalu membutuhkan perhatian kepada klien. Fenomena *burnout* sering ditemui pada jenis pekerjaan profesional yang melayani klien secara langsung dan berhubungan dengan *human service* (Maslach, 1998). Dimana pekerjaan tersebut melibatkan interaksi dengan orang banyak, memerlukan sikap dan kepribadian yang positif, memerlukan kemahiran sosial tersendiri, memerlukan tahap kesabaran yang tinggi, dan bisa menyelesaikan masalah (Cherniss, 2002).

Maslach (1988) dalam penelitian awalnya hingga akhirnya menemukan istilah "*burnout*" telah melakukan proses wawancara, survei dan observasi lapangan kepada para pekerja di bidang "*people work*" yang didalamnya termasuk bidang pelayanan kesehatan, pelayanan sosial, kesehatan mental, peradilan pidana, dan pendidikan.

Maslach juga menambahkan bahwa pekerjaan yang berhubungan langsung dengan orang lain, terutama dalam hubungan yang memberikan pertolongan atau pelayanan, merupakan inti dari fenomena *burnout* (Schaufeli dkk, 1993).

Penelitian awal mengenai *burnout* banyak ditemukan dibidang perawatan kesehatan sebagai pekerja yang paling sering mengalami. Seiring berjalannya waktu, penelitian mengenai *burnout* tidak hanya ditemukan pada perawat namun telah diperluas hingga jenis pekerjaan lain (Aamodt, 2010). Pekerjaan yang mencakup bidang pelayanan seperti perawat, sales, polisi, guru, dan pekerjaan lain yang menuntut kepuasan dalam pelayanan rentan mengalami ketegangan sehingga menimbulkan stres yang dalam jangka panjang dan cenderung menetap dapat menimbulkan *burnout* (Rahman, 2007). Para profesional yaitu guru sertifikasi yang sangat termotivasi menghadapi tuntutan kerja yang tinggi rentan mengalami kelelahan akibat stres (Aamodt, 2010). Efek negatif dari stres yang timbulkan dalam jangka pendek mungkin sedikit. Namun, jika keadaan ini berlangsung lama, akan ada risiko *burnout*. Kondisi ini terutama menyerang orang-orang yang sukses, bekerja keras, bersemangat, dan berkomitmen tinggi sehingga menjadi kehilangan motivasi dan minat dalam bekerja (Manktellow, 2007).

Berdasarkan penjabaran tersebut maka profesi guru termasuk dalam kategori bidang pendidikan yang terindikasi rentan mengalami *burnout* dimana guru selalu berhubungan langsung dengan individu-individu lain dalam memberikan pelayanan pendidikan maupun dalam berinteraksi dengan lingkungan pekerjaannya, seperti dengan siswa, rekan kerja, staf administrasi, petugas sekolah, orang tua.

Guru sebagai seseorang yang bekerja di sektor pelayanan, rentan mengalami stres sebagai akibat dari kesejahteraan yang rendah, tingginya perlibatan emosional dengan siswa dan pendapatan yang lebih rendah dibandingkan dibandingkan profesi lain. Stress kerja yang berlebihan dapat menyebabkan guru mengalami gejala *burnout* (Kusumastuti, 2008).

Drajat (1980) mengungkapkan bahwa seorang guru adalah seorang pelayan yang dituntut untuk selalu memiliki tingkah laku yang positif misalnya penyabar, penuh perhatian, hangat, humoris, dan yang paling penting memiliki rasa empati. Walaupun begitu, seorang guru terkadang dihadapkan pada pengalaman negatif dengan siswa sehingga kelelahan emosional dapat meghinggapinya dan ini merupakan sindrom *burnout* (Rahman, 2007).

Insiden *burnout* pada guru memunculkan banyak sekali masalah untuk profesi guru. Selain itu, guru dengan *burnout* terbukti membawa dampak negatif pada diri mereka sendiri dan prestasi siswa mereka. Akhirnya, seorang guru dengan *burnout* tidak memperhatikan kualitas pendidikan siswanya (Sovitriana, 2019).

Tekanan untuk meningkatkan prestasi dan pengembangan moral murid adalah tanggung jawab guru. Tekanan ini menambah stres dan ketegangan profesi guru itu sendiri. Sebagai guru dengan peningkatan gejala *burnout*, para siswa juga akan mengalami kelelahan emosional. Guru *burnout* lebih mungkin untuk mengkritik siswanya. Guru dengan tingkat *burnout* yang tinggi mengakibatkan tidak efektifnya mengajar dan hal ini akan merugikan para murid (Santoso, 2018).

Dalam profesi guru, salah satu gejala *burnout* yang muncul dijelaskan oleh Rahman (2016) bahwa guru yang menderita kelelahan emosional ditandai dengan penurunan energi, menunjukkan perasaan negatif terhadap siswa dan teman sejawat, dan menyalahkan orang lain atas prestasi kerja yang rendah. Ini disebabkan oleh adanya ketidakmampuan mereka untuk menghindari banyaknya pekerjaan (kelebihan beban kerja) dan waktu yang panjang. Tingginya kadar *burnout* guru juga telah dikaitkan dengan stres yang dialami dan tuntutan pekerjaan yang tinggi, serta kontrol yang rendah dalam karir kerja yang rendah, serta sering absen bekerja tanpa ada perbedaan status perkawinan dan lamanya bekerja.

Bernadin (1996) mengemukakan bahwa *burnout* dialami oleh seorang guru karena menghadapi tuntutan dari siswa yang memiliki hambatan dalam belajar, pengembangan karir yang tidak jelas, dan *reward* yang tidak sebanding dengan beban kerja serta lingkungan pekerjaan yang tidak kondusif bagi pelaksanaan tugasnya.

Selain itu, Rahman (2007) menyebutkan bahwa yang berperan menimbulkan *burnout* pada guru adalah keacuhan siswa, ketidakpekaan pemilik/pengawas sekolah, orangtua siswa yang tidak peduli, kurangnya apresiasi masyarakat terhadap pekerjaan guru, bangunan fisik yang kurang baik, hilangnya otonomi, dan gaji yang tidak memadai. *Burnout* yang dialami guru menurut Kyriacou & Sutcliffe (dalam Haberman, 2004) adalah karena pertahanan diri yang kurang baik sehingga saat dihadapkan pada suatu kondisi yang kurang mendukung bisa mempengaruhi harga diri dan kesejahteraan mereka.

Hasil penelitian Rahman (2013) menunjukkan bahwa guru yang mengalami *burnout*, menderita kelelahan emosional ditandai dengan penurunan energi, menunjukkan perasaan negatif terhadap siswa dan teman sejawat, dan menyalahkan orang lain atas prestasi kerja yang rendah. Ini disebabkan oleh adanya ketidakmampuan mereka untuk menghindari banyaknya pekerjaan (kelebihan beban kerja) dan waktu yang panjang. Tingginya kadar *burnout* guru juga telah dikaitkan dengan stres yang dialami dan tuntutan pekerjaan yang tinggi, serta kontrol yang rendah dalam karir kerja yang rendah, serta sering absen bekerja.

Gejala guru *burnout* lain pada penelitian oleh Adriana (2013) muncul dalam bentuk seperti perasaan frustrasi, sikap yang apatis terhadap pekerjaan, merasa terbelenggu oleh tugas, sikap yang sinis terhadap siswa, dan tidak puas terhadap diri sendiri dan sering mangkir kerja dengan berbagai alasan.

Menurut Cordes dan Dougherty (dalam Aamodt, 2010), orang-orang yang merasa *burnout* kekurangan energi dan penuh dengan frustrasi dan ketegangan. Gejala emosional dari *burnout* termasuk takut datang untuk bekerja setiap hari. Tanda-tanda perilaku mungkin termasuk sinisme terhadap rekan kerja, klien, dan

organisasi. Menurut Parker dan Kulik (dalam Aamodt, 2010) individu yang mengalami *burnout* akhirnya, mungkin mengalami depresi dan menanggapi kelelahan melalui absensi, turnover, dan kinerja yang lebih rendah. Gejala-gejala *burnout* berupa mudah putus asa, sakit kepala, mual sulit tidur, merasa cemas saat bekerja, dan menganggap dirinya tidak memiliki jenjang karir yang bagus diperusahaan. Menurut Dessler (2000), *burnout* merupakan hasil dari sebuah reaksi terhadap harapan dan tujuan yang tidak realistis terhadap pekerjaan yang dijalani serta tujuan jangka panjang yang sulit dicapai merupakan kecenderungan seseorang untuk bisa mengalami *burnout*.

Acker (1999) menyatakan bahwa prediktor *burnout* dapat diidentifikasi, seperti waktu yang dihabiskan dalam bekerja, banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan, dukungan sosial di lingkungan kerja, hubungan dengan pihak lain, juga ketidakmampuan menyeimbangkan antara pekerjaan dan keluarga.

Pada penelitian yang dilakukan Harsono, Syah, dan Yahya (2018) mengindikasikan bahwa alasan banyaknya guru junior dan senior (yang berstatus PNS atau bukan) adalah karena tidak ada pilihan lain sebagai profesi. Beberapa penelitian menemukan bahwa *burnout* diindikasikan sebagai perilaku yang melanggar aturan yang disebabkan oleh banyak faktor pada individu ataupun lingkungan.

Penelitiannya menemukan bahwa dalam konteks Indonesia khususnya di Boyolali dalam hal ini, *burnout* pada umumnya didorong oleh ketidakpuasan terhadap kebijakan sekolah, perilaku pemimpin, dan kurangnya kualitas manajemen sekolah. Uniknya, meski para guru memiliki kekecewaan yang tinggi, mereka tidak meninggalkan pekerjaannya, namun kinerja mereka tidak memenuhi standar. Mereka tidak mengajarkan sebagaimana mestinya ada pembaharuan materi dan metode yang monoton. Mereka meninggalkan tugasnya, dan mengobrol dengan teman-temannya,.

Howard & Johnson, 2004 menemukan ketidakseimbangan gender yang tinggi di sekolah-sekolah, dengan salah satunya seorang guru laki-laki berbanding dengan 25 guru perempuan. Ayres, Schalock dan Rudd (2002) menemukan bahwa guru laki-laki jauh lebih mungkin untuk meninggalkan profesinya.

Mengingat bahwa guru laki-laki jauh lebih memungkinkan berhenti mengajar, maka dengan demikian profesi guru menjadi profesi yang semakin feminin (MCEETYA, 2003), oleh karena itu, guru perempuan lebih memungkinkan untuk terkena *burnout* dibanding guru laki-laki.

Penelitian yang dilakukan Ivancceovich (2006), yang menyatakan bahwa wanita cenderung mengalami *burnout syndrome* daripada pria. Hal ini disebabkan karena proses sosialisasi pria cenderung dibesarkan dengan nilai kemandirian sehingga diharapkan dapat bersikap tegas, lugas, tegar, dan tidak emosional dan wanita yang lebih banyak terlibat secara emosional dengan orang lain akan cenderung rentan.

Maslach, Schaufeli, dan Leiter (2001) menjelaskan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi *burnout*, yaitu faktor situasional, yakni jenis pekerjaan, karakteristik pekerjaan, dan karakteristik organisasi dan faktor individual, yakni karakteristik demografis, sikap terhadap pekerjaan, dan karakteristik kepribadian.

Pertimbangan karakteristik demografis yang meliputi usia, masa kerja, dan jenis kelamin, yang tergolong dalam faktor individu untuk dikaji dalam penelitian ini adalah berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa usia, jenis kelamin berhubungan dengan *burnout*. Maslach & Jackson (dalam Cooper, dkk, 1996) menjelaskan bahwa jenis kelamin merupakan faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *burnout* pada individu. Setiap individu memiliki kemungkinan untuk mengalami *burnout* baik jenis kelamin laki – laki ataupun perempuan.

Perempuan dikatakan memiliki frekuensi yang lebih besar untuk mengalami *burnout* daripada laki – laki. Perempuan dinilai memiliki tingkat absensi yang lebih tinggi karena biasanya perempuan memiliki keharusan menjaga dan mengurus anak-anak, orang tua yang renta, dan juga pasangannya sehingga membuatnya

absen dari pekerjaan (Farrell and Stamm, 1983). Ketika pekerjaan-pekerjaan yang dijalankan oleh seorang perempuan mengganggu tuntutan-tuntutan yang dimilikinya dalam keluarga, perempuan akan cenderung lebih mengembangkan sikap negatif terhadap pekerjaan dibandingkan dengan laki-laki, karena pekerjaan dilihatnya lebih sebagai ancaman bagi peran sosial sentralnya (Grandey, Cordeiro, and Crouter, 2005). Kecenderungan lebih mudah muncul sikap negatif ini juga merupakan salah satu hal yang diduga dapat membuat perempuan lebih mudah mengalami *burnout* daripada laki-laki.

Beberapa kajian literatur maupun penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti tertarik untuk mengungkap perbedaan *burnout* pada guru di masa pandemi berdasarkan jenis kelamin.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : “Apakah ada perbedaan *burnout* pada guru di masa pandemi berdasarkan jenis kelamin?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini “untuk mengetahui perbedaan *burnout* pada guru di masa pandemi berdasarkan jenis kelamin

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini diharapkan menambah wawasan dalam keilmuan psikologi, khususnya psikologi industri dan organisasi mengenai *burnout*. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan perbandingan atau referensi untuk penelitian lain yang memiliki substansi yang hampir serupa

1.4.2 Manfaat praktis

1. Subjek

Dengan adanya penelitian ini diharapkan para guru dapat mengukur serta *burnout* di lingkungan kerjanya, sehingga dapat dilakukan tindakan preventif ketika terdapat gejala *burnout* apabila telah terdeteksi ciri-ciri dari individu yang terkena *burnout*.

2. Sekolah

Dengan adanya penelitian ini diharapkan pimpinan sekolah dapat lebih memperhatikan kesejahteraan guru.

3. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan acuan dan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan pengetahuan tentang *burnout* pada guru.