

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Kehidupan normal dan sehat adalah idaman semua orang. Setiap manusia berupaya menciptakan kehidupan yang sejahtera baik kondisi fisik, sosial dan psikologisnya. Hal ini dilakukan dalam rangka meningkatkan kualitas hidupnya (Nurhayati, 2010). Seseorang yang mampu melewati dan menghadapi masalah yang terjadi serta mampu berkompetensi mengatur lingkungan sekitar, maka akan mengarah pada kondisi psikologis yang positif dan terbentuklah *psychological well-being* dalam dirinya. Memiliki jiwa yang sejahtera, menggambarkan seberapa positif seseorang menghayati dan menjalani fungsi-fungsi psikologisnya.

Berdasarkan penelitian empiris tentang *psychological well-being* bahwa, *psychological well-being* dikaitkan dengan beradaptasi dan berpikir kreatif, perilaku pro-sosial dan kesehatan fisik yang baik. *Psychological well-being* seseorang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, intervensi yang memunculkan sikap dan perilaku positif dapat meningkatkan *psychological well-being* seseorang. Pendekatan universal diperlukan untuk mengurangi jumlah gangguan mental umum pada seseorang, konsep *psychological well-being* berfokus pada perkembangan, bukan pada patologi, dapat meningkatkan pemahaman tentang arah yang mungkin untuk kesejahteraan individu, organisasi dan masyarakat pada umumnya (Huppert, 2009 dalam Ilgan, Cengiz, Ata, & Akram, 2015)

Pada dasarnya, seseorang yang jiwanya sejahtera tidak sekedar bebas dari tekanan atau masalah mental. Lebih dari itu, ia juga memiliki penilaian positif terhadap dirinya dan mampu bertindak secara otonomi, serta tidak mudah hanyut oleh pengaruh lingkungan. Bila hal ini dikaitkan dengan dunia pekerjaan, maka tingkat

*psychological well-being* seseorang akan berguna dalam komitmen individu, produktivitas kerja individu, target-target dalam pekerjaan, hubungan dengan rekan kerja, serta penguasaan lingkungan kerja (Horn dalam Ruth Sumule, 2008).

Hidup bahagia dan sejahtera hanya dapat dicapai oleh seseorang apabila orang tersebut merasa sehat secara fisik, mental, dan sosial, serta merasa dicintai, dan dekat dengan Tuhannya, mempunyai harga diri, dan dapat berpartisipasi dalam kehidupannya. Ryff (1989, dalam Setiawan & Budiningsih, 2014) menyatakan bahwa tingkat *psychological well-being* seseorang berkaitan dengan tingkat pemfungsian positif yang terjadi dalam hidup orang tersebut. Dengan kata lain, *psychological well-being* seseorang akan berkaitan dengan *psychological functioning* atau kemampuan berfungsi secara psikologis orang tersebut dalam menjalani hidupnya. Ketika individu memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik maka secara psikologis ia mampu berfungsi dengan baik.

Ada enam dimensi yang membangun *psychological well-being* seseorang. Dimensi yang pertama adalah penerimaan diri (*self-acceptance*), yaitu kepemilikan sikap yang positif terhadap diri. Kedua adalah hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), yaitu kemampuan seseorang untuk membina hubungan yang baik dengan orang lain. Ketiga adalah kemandirian (*autonomy*), yaitu kemampuan seseorang untuk mengambil keputusan bagi dirinya sendiri berdasarkan standar pribadi dan tidak bergantung pada pandangan orang lain. Keempat adalah penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), yaitu kemampuan seseorang untuk memilih atau membentuk lingkungan yang sesuai dengan keadaan dirinya. Kelima adalah tujuan hidup (*purpose in life*), yaitu kepercayaan yang menimbulkan perasaan bahwa hidup itu berarti dan memiliki tujuan, dimensi yang terakhir adalah untuk pertumbuhan pribadi (*personal growth*), yaitu kemampuan untuk mengembangkan potensi diri (Ryff & Keyes 1995, dalam Sterns, 2007).

*Psychological well-being* penting untuk diketahui, agar seseorang dapat menjalankan hidupnya dengan bahagia, tenang dan mampu mengatasi berbagai masalah, karena munculnya sebuah masalah dalam kehidupan dapat menimbulkan

stres pada seseorang. Stres dapat dialami oleh siapapun, semua tergantung pada stimulus yang dapat memunculkan, hal ini disebut dengan *stressor*. Menurut Gibson, Ivancevich, Donnelly & Konopaske (2012) stres adalah suatu pengalaman yang umum terjadi pada setiap orang. Stres sebagai respon adaptif yang dialami oleh seseorang yang disebabkan dari berbagai situasi, tindakan serta tuntutan yang ada. Lazarus (1966, dalam Hamaideh, 2011) mengemukakan bahwa stresor yang didefinisikan sebagai tuntutan yang berasal dari dalam maupun luar lingkungan, dapat mempengaruhi *psychological well-being*.

Kecenderungan seseorang untuk mengalami stres dipengaruhi oleh banyak faktor. Penelitian yang dilakukan oleh NIOSH (*National Institute for Occupational Safety and Health*) mengungkap bahwa penyebab stres dapat berasal dari usia, kondisi fisik dan faktor kepribadian maupun dari lingkungan keluarga, kerja, cita-cita maupun ambisi yang dimiliki seseorang (Muchtar, 2004 dalam Anggraeni, 2014). Hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki ambisi untuk hidup bahagia dan sejahtera, namun dalam prosesnya mengalami ketidaksesuaian akan menimbulkan stres.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jasmani & Jumaat (2011) mengenai stres dan *psychological well-being* pada 329 responden, menunjukkan bahwa stres memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological well-being*. Selain itu, menurut Karyono & Lela (2008 dalam Anggraeni, 2014) bahwa individu yang mengalami stres berkepanjangan dapat mengalami penurunan psikologis. Berdasarkan penelitian tersebut diketahui bahwa stres memiliki keterkaitan dengan *psychological well-being*.

Stres dapat muncul di setiap aspek kehidupan, salah satunya adalah dunia kerja di bidang pendidikan. Sebagian individu beranggapan bahwa bekerja merupakan tuntutan hidup yang harus dijalani agar memperoleh penghasilan yang dapat mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari. Dunia kerja di bidang pendidikan tidak lepas adanya peran seorang guru yang berupaya mencerdaskan kehidupan bangsa yakni mendidik siswa-siswi agar menjadi individu dengan intelektual yang tinggi.

Hendri (2010) menyatakan bahwa pekerjaan guru (mendidik) yang mulia dan seharusnya menyenangkan, sering kali malah menjadi sumber ketegangan lantaran iklim dan kondisi kerja yang terlalu berat dengan beban tugas-tugas birokrasi, beban sosial-ekonomi dan tantangan kemajuan karir yang terkait erat dengan jaminan hak-hak kesejahteraan guru. Kebutuhan guru terkadang kurang mendapat perhatian, padahal tuntutan kerja sebagai guru cukup besar (Mahmud, 1990 dalam Muharomi, 2010). Hal tersebut juga terjadi pada guru honorer.

Kesejahteraan guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di Kota Tangerang ternyata masih jauh dari kata baik. Hidayat Ketua Komisi II DPRD Kota Tangerang, menjelaskan bahwa guru honorer di Kota Tangerang banyak yang belum memiliki upah yang layak. (Kabar-banten, 2012). Hasil wawancara yang telah dilakukan di lapangan dengan beberapa guru di sekolah yang menjadi tempat penelitian ini, bahwa mereka menerima honorarium antara Rp.300.000,00 sampai dengan Rp.1.000.000,00 per bulan. Nominal tersebut sangat minim atau jauh dibawah Upah Minimum Kota Tangerang yaitu sebesar Rp.2.730.000,00 per bulan.

Gaji yang rendah tersebut membuat guru honorer mengalami beberapa hambatan dalam memenuhi kebutuhan fisik, serta mengalami akses untuk meningkatkan kemampuan, memuaskan minat, dan memelihara hubungan, dimana hal-hal tersebut dapat memberikan kepuasan terhadap kebutuhan psikologis mereka. Ryan & Deci (2001, dalam Setiawan & Budiningsih, 2014) mengatakan bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis ini berkaitan dengan *psychological well-being* seseorang, dimana semakin terpenuhinya kebutuhan psikologis orang tersebut, maka kondisi *psychological well-being* pun akan semakin meningkat. Oleh karena itu, penghasilan sebagai guru honorer dianggap sebagai sesuatu yang sangat penting untuk dapat meningkatkan akses terhadap sumber-sumber penting dalam memperoleh kesenangan dan merealisasikan diri (*self-realization*).

Selain upah guru honorer yang belum layak, dilansir dari media *online* yang menyatakan bahwa kondisi gedung MI di Kota Tangerang masih belum memuaskan. Hal ini dapat dibuktikan dengan gedung-gedung yang tidak memadai dan fasilitas di

sekolah yang masih kurang (Satelitnews, 2015), padahal disatu sisi guru dituntut untuk memiliki sejumlah kompetensi akademis seperti penguasaan materi pelajaran, mampu mengelola, dan mengevaluasi pembelajaran dengan berbagai metode, serta terampil dalam menggunakan alat peraga dan media pembelajaran (Hendri, 2010). Hal ini membuat guru honorer dituntut untuk dapat mengembangkan kapasitas dirinya yaitu lebih kreatif dan inovatif terutama dalam menciptakan metode pembelajaran untuk siswa-siswi di sekolah demi tercapainya tujuan pendidikan yang sesuai dengan standar pendidikan nasional, agar animo masyarakat lebih meningkat.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa beban kerja serta tuntutan yang selama ini dijalani oleh seorang guru honorer, di satu sisi masih minimnya kondisi kesejahteraan yaitu mengenai pemenuhan hak-hak pada guru honorer. Lahirnya UU No 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen hanya memunculkan sebuah harapan, karena hal tersebut belum terlaksana dengan baik bagi mereka yang berstatus guru honorer MI di Kota Tangerang.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat dilihat bahwa sangat sulit bagi guru honorer MI untuk meningkatkan kesejahteraan hidupnya. Ketidakseimbangan yang muncul dapat membuat guru honorer MI di Kota Tangerang mengalami stres akan situasi kerja yang dapat berdampak pada kondisi *psychological well-being*. Jika dilihat dari dimensi-dimensi *psychological well-being*, bahwa guru honorer yang memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah, cenderung tidak puas dengan dirinya sendiri sehingga merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi dalam kehidupan pekerjaannya sebagai guru honorer. Guru honorer yang memiliki hubungan positif dengan orang lain yang kurang baik, maka dapat mempengaruhi kinerja sebagai guru honorer yaitu kurang mampu bekerja sama dengan rekan sesama guru dalam mendidik siswa-siswi di sekolah. Kemandirian yang rendah pada guru honorer ditunjukkan dengan ketidakmampuan dalam mempertahankan keyakinannya dalam bekerja seperti memberikan argumentasi saat rapat di sekolah. Penguasaan lingkungan yang rendah pada guru honorer ditunjukkan dengan ketidakmampuan dalam mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya sebagai guru honorer seperti

mengatasi siswa-siswi yang sulit diatur, selain itu kondisi kerja yang tidak menyenangkan menjadi beban bagi dirinya saat bekerja, seperti batasan-batasan yang dimiliki guru honorer dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya. Guru honorer yang tidak memiliki tujuan hidup, tidak dapat mengambil makna dari pengalaman hidupnya sebagai guru honorer di sekolah. Pertumbuhan pribadi yang rendah pada guru honorer ditunjukkan dengan tidak adanya usaha untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya sebagai guru, seperti mengajar siswa-siswi dengan apa adanya, tidak menerapkan metode pembelajaran yang menyenangkan, dan tidak ada usaha untuk menyampaikan materi secara maksimal.

Oleh karena itu, perlu diketahui kondisi *psychological well-being* pada guru honorer. Penelitian ini dilakukan untuk melihat Pengaruh Stres Situasi Kerja terhadap *Psychological Well-being* pada Guru Honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di Kota Tangerang.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu:

- 1.2.1. Bagaimana tingkat stres situasi kerja pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di Kota Tangerang?
- 1.2.2. Bagaimana tingkat *psychological well-being* pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di Kota Tangerang?
- 1.2.3. Apakah stres situasi kerja mempengaruhi *psychological well-being* pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di Kota Tangerang?

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai “pengaruh stres situasi kerja terhadap *psychological well-being* pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di kota Tangerang.”

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “*Apakah terdapat pengaruh stres situasi kerja terhadap psychological well-being pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di kota Tangerang?*”

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah stres situasi kerja mempengaruhi *psychological well-being* pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di Kota Tangerang.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pihak-pihak yang terkait baik secara teoritis maupun praktis. Berikut ini manfaat penelitian yang dilakukan, yaitu:

##### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

###### *1.6.1.1 Bagi Pembaca*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pembaca mengenai stres situasi kerja dan *psychological well-being* pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI).

###### *1.6.1.2 Bagi Peneliti Selanjutnya*

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam melakukan pengembangan dan penelitian selanjutnya.

##### **1.6.2 Manfaat Praktis**

###### *1.6.2.1 Subjek Penelitian*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) agar mengetahui pentingnya kondisi *psychological well-being* untuk dapat mengurangi hal-hal yang dapat menyebabkan stres

dalam situasi kerja, baik psikologis, fisik dan tingkah laku sehingga kondisi psikologisnya mampu berfungsi dengan baik.

#### *1.6.2.2 Instansi Pendidikan*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman baru bagi instansi pendidikan agar memperhatikan aspek-aspek penting tentang kebutuhan pada guru, sehingga guru honorer dapat bekerja secara optimal, memiliki komitmen yang kuat terhadap pekerjaan dan mampu menghadapi tuntutan pekerjaan.

#### *1.6.2.3 Masyarakat*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada masyarakat mengenai pentingnya mencapai kondisi *psychological well-being* yang tinggi agar terhindar dari kondisi stres.