

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Guru dengan jumlah populasi mencapai lebih dari 130 juta (BPS, 2019), merupakan salah satu profesi yang terdampak oleh kebijakan pembatasan sosial berskala besar (PSBB) sebagai upaya menekan penularan penyakit yang disebabkan oleh COVID-19. Pandemi ini membuat pemerintah mengeluarkan kebijakan *school from home* yang mengubah cara guru bekerja, dari pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran jarak jauh (*school from home/SFH*). Sementara profesi guru lebih banyak ditekuni oleh perempuan (Badan Kepegawaian Daerah, 2020), begitu pula dengan DKI Jakarta. Dalam tinjauan Islam, guru merupakan individu yang bertugas untuk memperbaiki orang lain ke arah yang lebih positif atau arah yang lebih baik. Guru dapat berupa orang tuanya, paman, kakak, orang yang tinggal dekatnya, atau orang lain yang tidak dikenal (Kosim, 2008). Profesi guru dalam agama Islam mempunyai kedudukan yang istimewa, karena mereka tidak boleh menyembunyikan ilmunya, namun mereka membagi ilmu yang mereka miliki kepada orang lain (Kosim, 2008), seperti yang sudah dikatakan dalam hadits sebagai berikut:

مَنْ سُئِلَ عَنْ عِلْمٍ فَكْتَمَهُ أَلْجَمَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِلِجَامٍ مِنَ النَّارِ. (رواه احمد)

Artinya : "Barang siapa ditanya tentang sesuatu ilmu, kemudian menyembunyikan (tidak mau memberikan jawabannya), maka Allah akan mengekangnya (mulutnya), kelak di hari kiamat dengan kekangan (kendali) dari api neraka ". (HR. Ahmad).

Perempuan, tentu mempunyai tantangan yang lebih besar dalam perannya sebagai guru ini, tidak hanya penyesuaian cara kerja yang baru, namun juga disebabkan oleh perannya sebagai ibu rumah tangga. Dua peran yang tadinya memiliki waktu dan tempat yang terpisah, semenjak *work-from home* ini menjadi hadir bersama dalam satu waktu dan tempat yang sama yaitu dalam rumah. Keadaan ini meningkatkan kemungkinan antara dua peran kerja dan keluarga ini saling mengganggu.

School from home (SFH) membuat ranah pekerjaan dan ranah keluarga berada dalam satu waktu dan satu tempat. Guru menjadi kesulitan untuk melakukan pekerjaannya di rumah dengan fokus karena dengan bekerja di rumah menjadi lebih banyak gangguan (Kompasiana.com), misalnya, seperti pada saat sedang bekerja ada kemungkinan anaknya membutuhkan bantuan dari ibunya atau suaminya yang membutuhkan bantuan darinya. Weiss (dalam Yunisa & Dewinda, 2020), mengatakan bahwa guru perempuan yang telah menikah dan juga sudah mempunyai anak juga harus mampu mengatasi dan bertanggung jawab untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas pekerjaannya dan juga tugas-tugas yang ada di dalam rumah tangganya. Karena tercampurnya antara ranah pekerjaan dan juga ranah keluarga, para guru ini menjadi menjalankan beberapa peran sekaligus (yaitu sebagai guru dan ibu rumah tangga) dan dengan menjalankan beberapa peran dalam kondisi yang bersamaan mampu menyebabkan ketidakharomisan dalam salah satu dari beberapa peran yang dimainkan oleh guru perempuan tersebut (Asbari, dkk 2020).

Menjalankan dua peran dalam waktu yang bersamaan pastinya tidaklah mudah untuk seorang wanita. Partisipasi dalam menjalankan salah satu peran menjadi lebih sulit dibandingkan dengan peran yang lainnya karena adanya tekanan dan juga tuntutan yang dialami dalam ranah pekerjaan dan juga ranah keluarga (Minnotte, Minnotte & Bonstrom, 2014). Christine, Oktorina, dan Mula (2010), juga menyebut bahwa situasi kompleks yang sering didapatkan oleh individu yang menjalankan berbagai peran adalah berhubungan dengan urusan keluarga, misalnya seperti frekuensi konflik yang mulai meningkat karena perdebatan mengenai pengasuhan anak, pengelolaan dalam rumah tangga, dan pengelolaan dalam keuangan. Kewajiban untuk menjalankan kedua peran dalam waktu yang sama nantinya juga akan menimbulkan suatu tekanan yang saling berlawanan dari ranah pekerjaan dan ranah keluarga, hasilnya kontribusi dalam peran keluarga akan menjadi lebih menyulitkan karena beban pekerjaan atau mungkin bisa saja sebaliknya, kondisi ini disebut dengan istilah *work-family conflict* (WFC) (Armstrong, Atkin-Plunk, & Wells, 2015).

Guru wanita cenderung lebih rentan mengalami *work-family conflict* dibandingkan dengan guru pria (Nurhamida, 2013). Hal tersebut disebabkan oleh

di Indonesia sendiri masih banyaknya keluarga yang menganut *traditional family* dimana pembagian pekerjaan rumah tangga dan pengurusan anak sebagian besarnya dikerjakan oleh perempuan dan bersifat rutin, misalnya seperti menyapu rumah, mengurus makanan anak, dan lain-lain (Nurhamida, 2013). Dalam pola keluarga tradisional ini, ibu menjadi sosok utama dalam melakukan dan mengerjakan tugas-tugas domestik, pun menjadi orang yang selalu diandalkan anak-anak dan suaminya untuk mendapatkan bantuan dalam segala hal aktivitas dan juga keperluannya.

Dari berbagai studi diketahui *work-family conflict* disebabkan oleh tiga macam faktor, yaitu faktor yang bersumber dari domain kerja, domain keluarga, dan domain individu atau demografis (Byron, 2005). Faktor yang disebabkan oleh domain pekerjaan misalnya seperti fleksibilitas dari jadwal dan stres kerja. Faktor yang disebabkan oleh domain keluarga misalnya seperti konflik dari perkawinan dan jumlah jam atau waktu yang dihabiskan dari pekerjaan rumah atau saat pengasuhan anak. Terlebih apabila individu tersebut mempunyai anak yang berusia dibawah 12 tahun (*middle childhood*), karena pada dasarnya anak yang berusia di bawah 12 tahun relatif tidak mempunyai kemampuan dan hanya bergantung pada orang lain (Hurlock, dalam Kusuma, 2016). Faktor yang disebabkan oleh domain individu atau demografis misalnya seperti kepribadian dari individu, perilaku, dan perbedaan individu lainnya seperti jenis kelamin, pendapatan, dan gaya coping dari individu tersebut (Byron, 2005). Hasil penelitian sebelumnya, yang ditemukan oleh Thomas dan Ganster (dalam Akbar, 2017), menuliskan bahwa 38% laki-laki dan 43% perempuan yang sedang menjalani peran ganda, mengalami *work to family conflict* dan juga *family to work conflict*.

Kondisi kerja dan juga kondisi keluarga yang berbeda dari masa sebelum pandemi. Menuntut *skill* atau kemampuan dan cara baru dari guru tersebut dalam menjalankan perubahan kondisi ini. Dimana hal tersebut dapat menjadikan sumber stres yang baru bagi guru. Stres adalah adanya perasaan tertekan yang dirasakan oleh individu yang sedang menghadapi suatu tuntutan besar, dalam menjalankan tuntutan terdapat gangguan-gangguan dan ketidakpastian yang dapat memberikan pengaruh terhadap emosi, proses berpikir, dan kondisi fisik individu (Hariandja, dalam Sabuhari, Soleman & Zulkifly. 2016). Adapun faktor yang memicu terjadi

stres digolongkan menjadi dua, yaitu internal dan eksternal, dimana penyebab stres yang timbul dari eksternal yaitu beban pekerjaan yang dialami oleh individu (Cooper, Dewe & O'Driscoll, 1991). Stres dapat muncul karena dari suatu peristiwa yang terganggu dalam lingkungan pekerjaan, lingkungan sosial, dan dalam kehidupan sehari-hari, misalnya seperti kehidupan sosial, pekerjaan, dan keluarga (Roboth, 2015).

Faktor-faktor yang dapat memicu guru mengalami stres kerja merupakan beban kerja berlebihan yang diberikan oleh kelompoknya, tanggung jawab terhadap rekan, perkembangan dalam karier, minimnya hubungan yang erat dalam kelompok, kelompok yang saling tidak mendukung, struktur dan iklim organisasi, lingkungan dalam organisasi, jenis tugas yang diberikan, dan juga pengaruh kepemimpinan (Sabuhari, Soleman & Zulkifly. 2016). Stres kerja yang dirasakan oleh guru yang disebabkan oleh situasi, tindakan, atau peristiwa yang sifatnya menekan dan berasal dari faktor lingkungan, organisasi dan individu dalam menghadapi tugasnya dan tanggung jawabnya di dalam pekerjaan dan dapat berdampak kepada fisiologis, psikologis dan perilaku (Mangkunegara & Puspitasari, 2015).

Terdapat beberapa stres kerja yang dialami oleh para guru selama pandemi ini, salah satu contohnya merupakan stres kerja yang disebabkan oleh perubahan metode pembelajaran di tengah pandemi ini dimana yang sebelumnya para guru dapat menjelaskan materi secara *face to face* dengan peserta didiknya namun pada saat ini guru harus menggunakan bantuan dari *gadget* dengan bantuan aplikasi Agus (2020, dalam Suci, 2020). Hal tersebut menjadikan rendahnya interaksi yang dilakukan oleh peserta didik dengan gurunya, untuk melakukan pembelajaran jarak jauh juga membutuhkan alat bantuan seperti internet, laptop atau komputer, ruangan yang nyaman, dan juga listrik yang biayanya harus dibayar oleh guru tersebut Agus (2020, dalam Suci, 2020). Apabila para guru tidak dapat beradaptasi dengan baik dengan kondisi pada saat ini, nantinya hal ini akan menjadikan guru mengalami stres kerja.

Selain itu, berprofesi sebagai guru perempuan juga akan menjadi faktor penghasilan sumber daya manusia yang seharusnya berkualitas, karena guru ditugaskan untuk mendidik dan memberikan pengetahuan kepada peserta didiknya

di sekolah. Oleh karena itu kesehatan fisik dan mental gurupun juga harus lebih diperhatikan agar para guru tersebut dapat menghasilkan sumber daya manusia yang lebih baik dan juga berkualitas. Hasil dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ghani (2016), mengatakan bahwa stres kerja yang dihasilkan oleh tuntutan dari ranah pekerjaan, dapat membuat perempuan yang menjalankan beberapa peran akan mengalami kesulitan dalam membagi waktu dan juga tenaganya pada peran keluarga.

Stres keluarga merupakan suatu gangguan yang bersumber dari urusan keluarga, biasanya dapat mengganggu keharmonisan keluarga, menyebabkan anggota keluarga merasa saling tidak nyaman, atau mungkin saja dapat memberikan suatu tekanan terhadap sistem keluarga (Boss, 1987). Stres keluarga juga dijelaskan sebagai suatu krisis yang muncul karena strategi yang biasanya digunakan tidak efektif lagi untuk mengatasi tekanan-tekanan dari sumber stres, yang mengakibatkan keluarga menjadi tidak terampil pada saat memecahkan suatu masalah dan keluarga menjadi kurang bermanfaat Robins (dalam Maryam, 2016). Penelitian Cox dan Ferguson (dalam Maryam, 2016) menuliskan bahwa stres keluarga ditandai dengan ketidakstabilan dan juga kebingungan pada keluarga. Dalam sebuah keluarga memiliki pola-pola yang menyeluruh saat melakukan peran-perannya, karena keluarga merupakan suatu kesatuan yang utuh dan menciptakan dinamisasi dalam berinteraksi, memberikan keputusan, dan *problem solving*.

Penyesuaian pada ranah pekerjaan dan ranah keluarga dapat menimbulkan stres-stres yang sekiranya dapat membuat kapasitas individu yang menjalankan perannya Anoraga (dalam Sandra & Ifdil, 2015). Individu yang sedang mengalami stres sulit untuk perform dalam menjalankan tugasnya, karena individu yang sedang mengalami stres akan mengalami kesulitan secara fisik, emosional dan sosial Anoraga (dalam Sandra & Ifdil, 2015). Secara fisik, individu yang mengalami stres akan merasakan pusing, mudah terkejut, berkeringat dingin, pola tidur yang tidak beraturan, lesuh, tegangnya leher belakang, adanya rasa nyeri di dada, nafsu makan menurun, mual, dan yang lainnya. Secara emosional, individu yang mengalami stres akan menjadi mudah lupa, konsentrasi menurun, cemas, sulit untuk mengambil keputusan, mimpi buruk, mudah marah, mudah menangis, *suicidal*

thought, dan gelisah. Lalu secara sosial, individu yang sedang mengalami stres akan cenderung lebih sering untuk merokok/minum/makan, menarik diri dari lingkungan sosialnya, mudah bertengkar dengan orang lain, dan lain-lainnya (Anoraga, dalam Sandra & Ifdil, 2015).

Islam memandang stres sebagai suatu ujian yang berasal dari Allah SWT (Safe & Nor, 2016). Namun sesungguhnya Allah sudah memberitahu hambanya dalam surat Al-Baqarah ayat 214, bahwa dalam kehidupan ini manusia tidak akan lepas dari ujian dan juga kesusahan dimana segala bentuk ujian dan juga kesusahan tersebut akan membentuk stres kepada manusia (Safe & Nor, 2016). Berikut adalah surat Al-Baqarah ayat 214:

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ ۗ مَسْتَهْتَمُونَ
الْبَاسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَزُلُّوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرَ
اللَّهُ ۗ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ

Artinya: “Ataukah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) seperti (yang dialami) orang-orang terdahulu sebelum kamu. Mereka ditimpa kemelaratan, penderitaan dan diguncang (dengan berbagai cobaan), sehingga Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya berkata, “Kapankah datang pertolongan Allah?” Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat.”

Berdasarkan beberapa hal yang sudah dipaparkan di atas, dalam penelitian ini akan berfokus pada populasi guru perempuan di mana guru tersebut yang sudah mempunyai anak, sudah menikah dan masih dalam pernikahannya. Seperti uraian yang sudah dipaparkan di atas, hal ini dikarenakan selama pandemi COVID-19 ini tuntutan dalam pekerjaan dan juga tuntutan dalam keluarga menjadi meningkat, peran mereka dalam pekerjaan dan dalam keluarga pun menjadi tercampur sehingga dapat memicu terjadinya stres kerja, stres keluarga dan juga *work-family conflict*. Peneliti merasa perlu untuk melakukan suatu penelitian mengenai hubungan dengan stres kerja dan stres keluarga terhadap *work-family conflict* pada guru wanita di DKI Jakarta untuk mengetahui apakah terdapat suatu hubungan antara stres kerja dan stres keluarga terhadap *work-family conflict*. Studi mengenai *work-family conflict* mempunyai nilai yang penting karena hal ini mengungkapkan suatu hubungan antara kehidupan dalam pekerjaan dan juga kehidupan dalam keluarga pada guru wanita di DKI Jakarta.

“Skripsi ini merupakan bagian dari payung penelitian Relasi Keluarga dan/atau *Parenting* pada Keluarga *Dual Earner* dan *Single Parent*”

1.2 Pertanyaan penelitian

Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dan stres keluarga terhadap *work-family conflict* pada guru wanita di DKI Jakarta serta bagaimana tinjauannya dalam Islam?

1.3 Tujuan Penelitian

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi hubungan antara stres kerja dan stres keluarga dengan *work-family conflict* pada guru wanita di DKI Jakarta serta mengetahui tinjauannya dalam Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Dalam penulisan ini diharapkan akan memberikan informasi untuk para pekerja perempuan yang berprofesi sebagai guru berkaitan dengan *work-family conflict*.
2. Penulisan ini dapat dipergunakan sebagai suatu referensi untuk penelitian selanjutnya yang masih relevan dengan hubungan dari stres kerja dan stres keluarga dengan *work to family conflict* dan *family to work conflict*.
3. Penulisan ini memberikan suatu kontribusi berupa pengetahuan dan penulisan dalam bidang Psikologi, terutama dalam ranah Psikologi Keluarga.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Penulisan ini diharapkan mampu untuk memberikan sebuah gambaran terkait *work-family conflict* dan dapat mengetahui stres kerja dan stres keluarga yang dirasakan oleh guru.

2. Penelitian ini memberikan suatu kontribusi berupa pemikiran-pemikiran bagi guru wanita mengenai stres kerja, stres keluarga dan *work-family conflict*.
3. Penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pedoman literatur terkait dengan pembentukan intervensi mengenai stres kerja, stres keluarga dan *work-family conflict*.

1.5 Kerangka Berpikir 1

Berlangsungnya Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), memberikan banyak sekali dampak terhadap seluruh ranah pekerjaan, salah satunya adalah dalam ranah pendidikan. Di mana dengan dikeluarkannya kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar, institusi pendidikan juga harus mengeluarkan kebijakan belajar dari rumah (*School from Home*). Bagi seorang guru wanita yang sudah menikah dan mempunyai anak di usia sekolah, sfh ini membawa dua konsekuensi. Pertama mengalami *work-family conflict* karena peran di kantor dan peran di rumah harus dijalankan secara simultan di dalam rumah. Kedua mengalami stres yang disebabkan karena penyesuaian baru terhadap cara menjalankan peran-peran tersebut, baik peran kerja maupun peran keluarga.

