

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses belajar mengajar yang dilaksanakan oleh seorang guru kepada peserta didiknya dengan memberikan contoh tauladan, pengarahan dan peningkatan etika, serta menggali pengetahuan setiap individu (Pristiwanti, dkk 2022). Tujuan Pendidikan dapat dimaknai sebagai suatu sistem nilai yang disepakati kebenaran dan kepentingannya yang ingin dicapai melalui kegiatan baik dijalur Pendidikan sekolah maupun luar sekolah (Aryanto dkk, 2021).

Guru merupakan pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada jalur pendidikan formal (Fitriani, 2015). Guru memiliki tanggung jawab seperti membuat rencana pembelajaran, melihat perkembangan hasil yang dicapai oleh siswa, dan tanggung jawab lainnya. Selain tanggung jawab dalam pekerjaan, bagi guru perempuan yang sudah berkeluarga juga harus menyelesaikan tugasnya dirumah baik sebagai seorang istri maupun seorang ibu rumah tangga, banyaknya tugas dan tanggung jawab tentunya akan membuat guru merasa lelah, dan pusing, keadaan-keadaan tersebut dapat menyebabkan guru perempuan mengalami stres kerja (Silvia, 2023).

Menurut data Perupadata (2023) persentase tingkat stres kerja pada pegawai di Indonesia yaitu 26%, tingkat stres pada pegawai ini meningkat 5% dibandingkan dengan tahun 2022. Stres adalah situasi di mana individu dipaksa untuk

bertindak, dan tidak dapat menerima ketegangan mental. Dengan kata lain, stres berarti penyesuaian kembali individu dengan situasi dan kondisi baru. Setiap kali perubahan terjadi dalam hidup, individu dihadapkan dengan stres Behnoudi (dalam Hidayati & Harsono, 2021).

Stres kerja adalah kondisi dinamis dimana seseorang menghadapi kendala, peluang, bahkan tuntutan yang memiliki hubungan dengan apa yang diinginkannya dalam pekerjaannya meskipun hasil yang didapatkan nantinya tidak pasti namun, hasil tersebut dianggap penting. Stres kerja menurut Handoko (dalam Agustina 2018) adalah “kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang. Stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan.

Stres kerja pada guru disebabkan oleh banyak hal salah satunya yaitu konflik peran ganda atau *work family conflict*, dimana guru memiliki tuntutan peran yang bersamaan sebagai pengajar dan memiliki tanggung jawab terhadap keluarga dirumah (Endarwati, dkk 2020). Menurut Robbins (dalam Maisarah, 2022), salah satu faktor stres kerja adalah *work family conflict* dalam persoalan keluarga yang sering muncul di kalangan pegawai yang berkerja/memiliki peran ganda.

Work Family Conflict merupakan konflik peran ganda yang terjadi pada guru, dimana di satu sisi wanita harus melakukan pekerjaan di tempat kerja, sedangkan di sisi lain wanita harus memperhatikan keluarga secara utuh, sehingga sulit untuk membedakan antara pekerjaan mengganggu keluarga dan keluarga mengganggu pekerjaan. Pekerjaan mengganggu keluarga, artinya sebagian besar waktu dan perhatian dicurahkan untuk melakukan pekerjaan sehingga kurang atau

bahkan tidak memiliki waktu bersama keluarga. Sebaliknya keluarga mengganggu pekerjaan berarti sebagian besar waktu dan perhatiannya digunakan untuk menyelesaikan urusan keluarga sehingga mengganggu pekerjaan (Frone, dkk dalam Prianggi dkk, 2022).

Work family conflict terbentuk dari berbagai aspek, menurut Greenhause dan Beutell (dalam Parlagutan, 2016) *work family conflict* terdiri dari beberapa konflik yang terjadi pada individu berupa *Time based conflict*, *strain based conflict*, dan *behavior based conflict*. Menurut Stoner dan Charles (dalam Fitri, 2022) faktor yang mempengaruhi *work family conflict* adalah tekanan waktu, dukungan keluarga, stres kerja, dan kepuasan pernikahan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 24 April 2024 dengan wakil kepala sekolah dan 5 guru perempuan di SMAN 2 Sungai Limau, di peroleh informasi bahwa beberapa menyatakan guru sering merasa cemas ketika beberapa pekerjaan belum selesai. Sebagian dari guru tersebut mengaku mengalami permasalahan pada fisiknya seperti mudah pusing. Beberapa diantara guru tersebut mengaku mudah sedih disaat pekerjaan menumpuk dan guru-guru tersebut merasa sudah menurunnya kinerja, hal ini dapat dilihat dari prestasi mereka baik berupa penghargaan maupun pencapaian sebagai guru juga sudah menurun.

Pada hari yang sama juga dilakukan wawancara pada dua guru perempuan lainnya, seorang guru menyatakan kesulitan membagi waktu dan perhatian yang seimbang antara tugas disekolah sebagai guru dan memenuhi kebutuhan anak-anak dirumah sebagai ibu. Guru tersebut juga menuturkan bahwa dirinya sering kerap

kali marah ketika berada dirumah, menurutnya kondisi tubuhnya yang sudah lelah ketika pulang dari sekolah membuatnya mudah marah ketika berada dirumah, hal ini menyebabkan komunikasinya dirumah menjadi tidak bagus. Guru tersebut juga menceritakan bahwa pernah tidak fokus mengajar di kelas karena salah satu anaknya sedang sakit dirumah. Seorang guru juga menjelaskan bahwa dirumah sering terjadi miskomunikasi dengan pasangannya, disekolah dirinya sering mengontrol aktifitas murid dan menentukan langkah-langkah yang tepat untuk muridnya agar mendapat nilai dan prestasi yang bagus, sedangkan dirumah tidak dapat melakukan hal yang sama karena segala hal ditentukan oleh suami atau orangtua dirumah, tak sering silang pendapat terjadi dengan suami dan orangtua.

Adanya pemicu terjadinya masalah adalah guru memiliki peran ganda yaitu sulit membagi waktu antara pekerjaan disekolah dan pekerjaan dirumah, apalagi tidak memiliki asisten rumah tangga sehingga semua tanggung jawab dirumah ia yang mengerjakan, terkadang beberapa masalah di tempat kerja terbawa kerumah mengakibatkan mudah marah saat dirumah meskipun hanya dipicu oleh masalah kecil.

Penelitian ini sebelumnya telah dilakukan oleh Sabuhari dkk (2016) dengan judul “Pengaruh *work - family conflict* terhadap stres kerja (studi kasus pada ibu yang bekerja sebagai guru di Kota Ternate)” yang menyatakan terdapat korelasi yang signifikan antara *work family conflict* dengan stres kerja. Selain itu penelitian ini juga pernah dilakukan oleh Nailah & Puspitadewi (2022) dengan judul “Hubungan konflik peran ganda dengan stres kerja pada guru SMA di Kabupaten X” yang menyatakan terdapat korelasi yang positif antara *work family conflict*

dengan stres kerja. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada sampel, waktu penelitian, dan variabel pada penelitian.

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti tertarik untuk melihat hubungan *work family conflict* dengan stres kerja pada guru perempuan di SMA N 2 Sungai Limau.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini apakah terdapat hubungan *work family conflict* dengan stres kerja pada guru perempuan di SMA Negeri 2 Sungai Limau?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *work family conflict* dengan stres kerja pada guru perempuan di SMA Negeri 2 Sungai Limau

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan dan ilmu psikologi, khususnya akan teori-teori psikologi industri dan organisasi terutama mengenai *work family conflict* dan stres kerja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru Perempuan

Manfaat penelitian bagi guru adalah memberikan informasi mengenai hubungan *work family conflict* dengan stres kerja, diharapkan sebagai rujukan untuk menambah ilmu tentang hubungan *work family conflict* dengan stres kerja, sehingga guru dapat mengembangkan strategi untuk mengelola stres

dengan meningkatkan keterampilan, dan membagi waktu antara keluarga dan juga pekerjaan.

b. Bagi Sekolah

Diharapkan sekolah dapat mengambil kebijakan dalam mengelola tugas yang diberikan kepada guru disekolah untuk mengurangi stres kerja yang dirasakan oleh guru, dan memberikan waktu luang untuk guru.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan dan menambah wawasan bagi para peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *work family conflict* dan stres kerja.