

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) adalah “salah satu lembaga formal sebagai pusat kegiatan belajar mengajar yang menjadi dasar harapan orang tua, masyarakat dan pemerintah karena sekolah memberikan pelayanan, pendidikan, pengajaran, dan pelatihan untuk memperoleh pengetahuan baru”. Sekolah terbagi menjadi beberapa macam, salah satunya adalah sekolah Islam. Menurut Lubis (2018), sekolah Islam adalah lembaga pendidikan yang membekali peserta didik dengan pendidikan yang memuat ilmu agama, yaitu agama Islam yang menyertainya. Sekolah Islam memiliki program pendidikan umum, namun dalam proses belajar mengajar juga terdapat program keagamaan.

Di dalam sekolah terdapat guru, guru merupakan bagian yang melekat dalam dunia pendidikan. Guru memiliki peran sebagai garda terdepan dalam dunia pendidikan. Berhasil atau tidaknya rencana-rencana yang ada dalam pendidikan juga tergantung guru. Misal kelas adalah sebuah orkestra, dan guru sebagai komposer. Berbagai hal yang ada di dalam kelas merupakan suatu modal untuk menghasilkan simfoni yang indah. Hubungannya dengan pembelajaran adalah sebuah subjek yang ada di dalamnya saling mengisi dan menghasilkan pembelajaran yang baik (dalam Setiawan, Aji dan Aziz, 2020).

Untuk mendukung proses pembelajaran terdapat peran penting seorang guru. Hal ini senada dengan pernyataan Nur, dkk., (dalam Yovani, 2021) guru

Memiliki tugas yang luar biasa dalam menempatkan keunggulan suatu pendidikan di sekolah. Jika guru mampu menuntaskan tugas serta tanggung jawab dengan baik maka akan berdampak positif terhadap hasil dan tujuan belajar siswa. Tugas guru dalam pendidikan terbagi menjadi empat, yaitu tugas guru sebagai mediator dan fasilitator, tugas guru sebagai demonstran, tugas guru sebagai penanggung jawab kelas, serta tugas guru sebagai evaluator menurut Rusman & Kirom (dalam Fahmi, dkk., 2019).

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 15 Oktober 2022 kepada lima orang guru di Sekolah Islam X Karawang, mengatakan bahwa mereka mengalami kebosanan ketika bekerja, keadaan bosan ini menyebabkan guru tersebut kebingungan dalam proses pembelajaran sehingga guru tersebut bertanya hal apalagi yang harus saya ajarkan karena sudah kebingungan, dan guru tersebut memaparkan beberapa keluhan terkait kelelahan secara fisik karena jam kerja yang cukup padat yang mengakibatkan banyaknya tugas yang menumpuk baik tugas yang didasari oleh pekerjaan maupun perkuliahan. Guru tersebut merasa mudah kesal dan marah, terkadang dia bisa melampiaskan kekesalannya itu kepada siswa dengan cara bernada tinggi ketika siswanya sulit untuk diarahkan bahkan melakukan pengabaian terlebih dahulu untuk menetralkan perasaannya. Guru juga merasa atasan sering mengubah format administrasi secara mendadak sehingga guru sering berkerja dua kali untuk menuntaskan administrasi dan guru sering memperhatikan jam ketika bekerja karena ingin segera beristirahat. Melalui hasil kuesioner pra penelitian pada 30 orang guru di sekolah islam X

Karawang ditemukan bahwa kategori *burnout* guru berada pada kategori sedang.

Selain guru memegang banyak tugas yang penting dalam pendidikan, guru juga kerap mendapatkan tekanan, baik dari internal sekolah maupun eksternal sekolah hal ini searah dengan pendapat Maslach (dalam Alfian, dkk., 2021). yang menyampaikan bahwa guru juga mendapatkan banyak tekanan, seperti tekanan dari bawah yaitu siswa dan wali murid, dan juga mendapatkan tekanan dari atas yaitu kepala sekolah, kepala yayasan dan dinas. Hal ini senada dengan penelitian Pratiwi (dalam Desnithalia & Purba, 2021) menyatakan bahwa tekanan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *burnout*, sehingga individu yang tidak dapat mengontrol tekanan serta tidak bersemangat terhadap pekerjaannya akan dapat meningkatkan *burnout*, hal ini juga terjadi pada guru banyaknya tekanan dan peran yang didapatkan guru semakin rentan untuk mengalami *burnout*.

Menurut Saloviita & Pakarinen (dalam Utami, dkk., 2022), mengungkapkan bahwa *burnout* adalah risiko psikologis, karena muncul sebagai respon terhadap stres interpersonal terhadap pekerjaan. *Burnout* merupakan gejala dari kelelahan emosional, sikap kurang menghargai, dan kurangnya pencapaian diri sebagai akibat dari stres yang berkepanjangan dan emosi akut pada individu dengan pekerjaan yang berhubungan secara intens dengan orang lain menurut Maslach, dkk (dalam Setyowati, dkk., 2021). Menurut pendapat Cemiss (dalam Yandri & Juliawati, 2017) guru yang mengalami *burnout* akan memunculkan beberapa ciri yaitu adanya perasaan

gagal pada dirinya, mudah marah dan kesal, mempunyai perasaan bersalah dan menyalahkan orang lain, memiliki rasa ketidakmampuan, negativisme, menghindari keramaian dengan menarik diri, mudah lelah, sering memperhatikan jam ketika bekerja, hilangnya perasaan positif, mengalami gangguan tidur, sering sakit kepala dan pencernaan serta sering absen ketika bekerja.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* adalah kebersyukuran menurut Kumar (2018). Menurut McCullough & Emmons (dalam Kusumastuti, dkk., 2017) kebersyukuran adalah sikap atau perilaku individu yang mendapatkan keberuntungan atas apa yang ada dalam hidup individu. Ciri-ciri kebersyukuran menurut McCullough & Emmons (dalam Ratnasari & Sulistiana, 2020) yaitu: “1) *Sense of abundance*, 2) *Appreciation of simple pleasure*, 3) *Appreciation of other*”

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fahmi, dkk (2019) mengenai kebersyukuran dan *burnout* terhadap guru ditemukan bahwa kebersyukuran berpengaruh signifikan terhadap *burnout* sehingga apabila guru di sekolah dasar memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi maka tingkat *burnout* nya akan rendah. Puspitarani & Susilawati (2022) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa kebersyukuran dapat menurunkan *burnout*. Kebersyukuran memiliki tiga fungsi menurut McCullough (2001) yaitu : 1) bersyukur sebagai alat ukur moral, 2) bersyukur sebagai motif moral, 3) bersyukur sebagai penguat moral.

Berdasarkan pemaparan fenomena dan uraian yang telah dijelaskan maka peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh kebersyukuran terhadap *burnout* guru di Sekolah Islam X Karawang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah di atas, peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap *burnout* guru di Sekolah Islam X Karawang ?.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap *burnout* guru di Sekolah Islam X Karawang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Berikut manfaat yang peneliti harapkan dari penelitian ini:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini bermanfaat bagi rujukan pengembangan ilmu psikologi klinis khususnya untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap *burnout* serta diharapkan dapat menjadi bahan kajian bagi penelitian selanjutnya terkait *burnout*.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan dapat membantu para guru untuk dapat bertahan dalam menghadapi masalah para siswa. Dengan mengetahui pentingnya kebersyukuran untuk menurunkan *burnout*.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi untuk instansi untuk memperhatikan kondisi gurunya, terutama ketika guru menunjukkan ciri-ciri mengalami *burnout* dan diharapkan instansi dapat menentukan langkah terbaik untuk menurunkan tingkat *burnout* pada guru.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Memberikan manfaat untuk menjadikan acuan bagi peneliti-peneliti selanjutnya terkait variabel kebersyukuran dan *burnout*.

