

GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* GURU YAYASAN PENDIDIKAN SWASTA JAKARTA UTARA

Welling Imanius Winoto, Sulis Mariyanti, Safitri M
Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta
Dosen Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta
Dosen Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta
Jalan Arjuna Utara No.9, Kebon Jeruk, Jakarta 11510
Wellingwang13@rocketmail.com

ABSTRAK

Guru merupakan profesi yang erat berkaitan dengan pelayanan sosial. Dengan tuntutan tugas dan tanggung jawab yang banyak dan rumit sebagai guru, seringkali dirasakan beban dan memunculkan berbagai keluhan sebagai gambaran rendahnya *psychological well-being*. Namun, ada beberapa guru yang menjalankan profesinya dengan antusias, puas dengan pencapaian hidupnya, memiliki keinginan untuk mengembangkan potensi diri, mampu menerima kelebihan dan kekurangan diri apa adanya, serta memiliki hubungan positif dengan orang lain. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran *psychological well-being* guru yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara. Rancangan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan teknik pengambilan sampel *sampling* jenuh. Sampel penelitian 73 guru yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara. Alat ukur *psychological well-being* dalam penelitian ini menggunakan teori Ryff dengan aitem valid 39 dan nilai reliabilitas 0,927. Hasil penelitian menunjukkan *psychological well-being* guru yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara lebih banyak yang rendah yaitu 54,8% dan sisanya memiliki *psychological well-being* tinggi sebesar 45,2%. Selain itu, *Psychological well-being* memiliki hubungan dengan faktor usia dan lama bekerja sebagai guru.

Kata Kunci : *Teacher, Psychological Well-Being, Yayasan Pendidikan Swasta*

ABSTRACT

Teacher is a profession closely related to social services. With many and complex demands of duties and responsibilities as teachers, they often felt the burden and bring up various complaints as an indication of the low psychological well-being. However, there are some teachers who live their profession enthusiastically, satisfied with the achievements of their lives, have a desire to develop their potential, be able to accept the advantages and lack of self as it is, and have a positive relationship with others. The purpose of this research is to know the description of psychological well-being of North Jakarta private education foundation teachers. The design of this study is descriptive quantitative research with sensus sampling technique. Sample of 73 teachers of North Jakarta private education foundation. Psychological well-being measure in this study use Ryff's theory with valid aitem 39 and reliability value 0.927. The results show that teachers with low psychological well-being is 54.8% and the remaining 45.2% have high psychological well-being. In addition, Psychological well-being has a relationship with the age factor and length of work as a teacher.

Key Word : *Teacher, Psychological Well-Being, Private Education Foundation*

Pendahuluan

Pendidikan sangat penting dalam pembentukan karakter bangsa. Hal ini dapat terwujud dengan adanya partisipasi dan dukungan perangkat yang baik. Salah satu perangkat penting untuk mewujudkan tugas pendidikan dalam membangun karakter bangsa ini ada di tangan tenaga didik yang mumpuni atau dikenal sebagai guru (Afifah, 2012).

Guru merupakan salah satu profesi mulia yang erat kaitannya dengan pelayanan sosial. Dalam Djamarah (2000) guru dikatakan sebagai figur manusia yang menempati posisi dan memegang peranan penting dalam pendidikan. Guru dipandang sebagai aspek utama dalam dunia pendidikan, yang merupakan jembatan antara kurikulum dan siswa (Suparlan, 2006).

Menurut Mulyasa (2005) seorang guru memiliki tugas utama sebagai pendidik, pengajar, pembimbing, informator, evaluator dan korektor. Pertama, Guru sebagai pendidik diharapkan mampu memahami norma dan nilai yang berlaku di dalam masyarakat sehingga dapat menjadi panutan bagi siswa dan lingkungannya. Kedua, tugas guru sebagai pengajar diharapkan mampu membantu siswa untuk mempelajari sesuatu yang belum diketahuinya. Ketiga sebagai pembimbing, guru diharapkan mampu merumuskan tujuan dan metode dalam proses pembelajaran yang sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan siswa. Keempat, guru berperan sebagai informator harus mampu memberikan informasi pengembangan ilmu dan teknologi. Kelima, sebagai evaluator guru dituntut untuk tidak hanya berfokus pada hasil pengajaran, tetapi juga pada prosesnya. Terakhir sebagai korektor, seorang guru diharapkan mampu membedakan nilai yang baik dan buruk untuk dijadikan sebagai contoh bagi siswa. Dengan kata lain guru dituntut, tidak hanya mencerdaskan siswa namun juga harus bisa membentuk karakter serta menggali potensi yang ada di dalam diri anak atau siswa (Mulyasa, 2005).

Sulistyo Ketua Umum PGRI mengatakan bahwa peran dan tugas guru saat ini hanya diprioritaskan untuk mengajar saja dengan tatap muka minimal 24 jam dan maksimal 40 jam per minggu (Afifah, 2012). Dari hasil data wawancara, guru yayasan pendidikan swasta Jakarta utara juga disibukkan oleh tugas administrasi yang rumit seperti pemenuhan SKS, pembuatan RPP dan administrasi lainnya, Sehingga guru terkadang lolos dalam peran mengevaluasi perkembangan siswa.

Yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara menjalankan perubahan kurikulum KTSP 2006 menjadi Kurikulum 2013 yang terjadi di jenjang TK, SD, SMP dan SMA yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara. Tuntutan inovasi pendidikan ini diberikan pemerintah untuk mendidik dan membentuk karakter anak bangsa. Untuk mencapai hal ini, maka guru juga perlu meningkatkan kreatifitas dan mengikuti perkembangan teknologi guna menemukan solusi metode pembelajaran yang efektif.

Guru TK yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara memiliki beban utama tatap muka mengajar target kurikulum 2013. Setelah selesai mengajar, guru bertanggung jawab mengevaluasi hasil pembelajaran setiap siswa dan menyiapkan materi pengajaran esok hari. Selain tugas utama dan tanggung jawab tersebut itu, guru juga wajib mengikuti pelatihan-pelatihan atau seminar pada hari Sabtu atau hari libur, ikut mengkoordinasi kegiatan-kegiatan keagamaan atau kegiatan sosial yang diselenggarakan oleh yayasan.

Kondisi pada guru SD yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara dinilai lebih berat, karena setiap guru kelas harus memenuhi standar kualifikasi mampu menguasai dan mengajari 5 mata pelajaran, mengikuti diklat yang diadakan Kemendikbud, wajib mengikuti pelatihan-pelatihan di hari Sabtu atau hari libur, mengkoordinasi kegiatan-kegiatan keagamaan atau kegiatan sosial yang diselenggarakan oleh yayasan serta, ditambah beban menghadapi siswa yang masih ada

campur tangan dari orang tua yang berekspektasi pada penyerapan materi pembelajaran yang baik.

Beban kerja guru SMP selama 30-40 jam per minggu digunakan untuk mencapai mengajar target kurikulum, harus mendidik siswa untuk memiliki karakter yang dapat menghargai, menghormati orang lain, bersikap mandiri dan terus mengembangkan potensi diri. Guru SMP juga wajib ikut pelatihan-pelatihan yang diselenggarakan oleh pihak yayasan dan Kemendikbud, mengkoordinasi kegiatan-kegiatan keagamaan atau kegiatan sosial yang diselenggarakan oleh yayasan serta, harus menjaga relasi yang baik dengan orang tua siswa yang terkadang sulit diajak berkerja sama.

Tuntutan guru SMA harus tahu beda mengajar dan mendidik, wajib mengikuti pelatihan-pelatihan yang diselenggarakan oleh pihak yayasan dan diklat dari Kemendikbud, ikut dalam mengkoordinasi kegiatan-kegiatan keagamaan atau kegiatan sosial yang diselenggarakan oleh yayasan, serta bertanggung jawab dalam pencapaian target kelulusan akhir siswa SMA sesuai kurikulum.

Tuntutan tugas dan kewajiban guru yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara ditanggapi secara berbeda-beda. Sebagian guru menilai bahwa tuntutan tugas dan tanggung jawab tersebut berlebihan sehingga tugas utama menjadi terbengkalai dan banyak pekerjaan yang harus dibawa pulang ke rumah atau lembur di hari Sabtu untuk menyelesaikannya. Namun, ada juga guru yang menjalankan tuntutan tersebut secara antusias dan mampu menyelesaikan semua tuntutan tepat waktu.

Dari tanggapan-tanggapan tersebut, dapat dilihat bahwa setiap guru merasakan kenyamanan dan kebahagiaan yang berbeda-beda terhadap profesinya. Ada yang merasa nyaman, bahagia dengan tuntutan dan tanggung jawab sebagai guru, namun ada juga yang menanggapinya sebagai suatu beban yang dirasakan melelahkan yang merupakan indikasi dari kondisi

psychological well-being rendah. Dengan kata lain setiap guru yang bekerja di yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara memiliki kondisi *psychological well-being* yang berbeda.

Wright dan Cropanzano (2000) menyebutkan bahwa, mereka yang memiliki *psychological well-being* tinggi, performa kerjanya pun juga akan tinggi. Berbeda dengan mereka yang memiliki *psychological well-being* rendah sering kali merasakan stres kerja dan kelelahan (Lauzon dalam Indryawati, 2014). Selain itu, Hurlock (1999) juga menyatakan indikasi *psychological well-being* rendah terlihat dari tidak terpenuhinya tiga kebutuhan akan kebahagiaan yaitu rasa penerimaan, kasih sayang dan pencapaian tujuan.

Ryff dan Keyes (1995) menjelaskan bahwa *psychological well-being* sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekurangan ataupun kelebihan dirinya dimasa lalu dan sekarang, memiliki tujuan hidup, mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus mengembangkan potensi diri.

Aspek-aspek *psychological well-being* meliputi dimensi *self-acceptance*, *personal growth*, *purpose in life*, *environmental mastery*, *autonomy* dan *positive relations with others*. Seseorang yang memiliki nilai tinggi dalam dimensi *self-acceptance* mampu bersikap positif terhadap dirinya sendiri, menerima dan menghargai berbagai aspek dalam dirinya, baik kualitas diri yang baik maupun buruk. Serta, memiliki pandangan positif terhadap masa lalunya.

Seseorang yang memiliki nilai tinggi dalam dimensi *personal growth* menyadari potensi diri untuk terus tumbuh dan belajar dari pengalaman, serta tidak takut untuk membuka diri pada tantangan baru secara positif.

Seseorang yang memiliki nilai tinggi dalam dimensi *purpose in life* memiliki target, arah atau tujuan hidup yang ingin

dicapai dengan jelas, sehingga membuat diri merasa bahwa kehidupan di masa lalu dan sekarang bermakna.

Seseorang yang memiliki nilai tinggi dalam dimensi *environmental mastery* yakin akan kemampuannya dalam mengatur lingkungan, dapat mengendalikan situasi kehidupan sehari-hari, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan, serta mampu mengontrol lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi.

Sedangkan individu yang memiliki nilai tinggi dalam dimensi *autonomy* menggambarkan seseorang yang mampu mengevaluasi diri sendiri secara mandiri, mampu mengambil keputusan tanpa harus selalu melibatkan pendapat dan persetujuan dari orang lain, tahan terhadap tekanan sosial, dan dapat mengatur tingkah laku dari dalam diri.

Begitu pula dengan individu yang memiliki nilai tinggi dalam dimensi *positive relations with others* Memiliki hubungan yang hangat, nyaman, saling mempercayai, saling menjaga, serta memiliki empati dengan orang lain.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* dari seorang individu atau dalam hal ini adalah guru yaitu jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, status pernikahan, jenjang pendidikan yang diajarkan, dan lama bekerja sebagai guru.

Metode Penelitian

Rancangan Penelitian

Metode penelitian ini termasuk ke dalam jenis penelitian kuantitatif. Sedangkan berdasarkan tujuan penelitian, penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif yaitu untuk melihat gambaran *psychological well-being* guru yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara.

Sampel dalam penelitian ini adalah sampel jenuh sejumlah 73 orang guru aktif yang mengajar di yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara pada tahun ajaran 2016/2017.

Instrumen penelitian berupa alat ukur yang digunakan dalam peneliti adalah

kuesioner untuk mengumpulkan data berdasarkan model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yang digunakan untuk mengukur *psychological well-being*. Skala ini berisi 39 pernyataan yang terdiri dari 21 pernyataan *favorable* dan 18 pernyataan *unfavorable*.

Pada penelitian ini, teknik yang digunakan untuk menguji reliabilitas alat ukur adalah teknik yang *internal consistency*, dengan menggunakan *alpha cronbach* (α) = 0,700. Sedangkan untuk menguji validitas suatu alat ukur, menggunakan *construct validity* yaitu dengan menggunakan rumus *pearson product moment* dengan nilai koefisien (r) $\geq 0,3$.

Teknik yang digunakan untuk pengolahan data dalam penelitian ini adalah teknik tabulasi silang, Dari tabulasi silang ini akan dilihat hubungan antara variabel *psychological well-being* dengan data penunjang seperti jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, status pernikahan, jenjang pendidikan yang diajarkan, dan lama bekerja sebagai guru. Penghitungan skor dan data penunjang ini akan diolah dan dianalisis dengan bantuan aplikasi statistik.

Pembahasan

Dari hasil pengolahan data statistik terlihat dari sejumlah 73 guru menunjukkan bahwa 54,8% atau sebanyak 40 guru memiliki *psychological well-being* rendah. Berdasarkan teori Ryff, individu yang memiliki *psychological well-being* rendah merasa tidak puas dengan pencapaian hidupnya, tidak mampu menata tujuan hidupnya, memiliki kondisi emosional yang kurang baik, tidak memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, kurang mampu dalam menghindari tekanan, dan tidak mampu memanfaatkan peluang yang ada dengan optimal untuk mengembangkan dirinya sendiri secara terus-menerus. Selain itu, Hurlock (1999) juga menyatakan indikasi *psychological well-being* rendah terlihat dari tidak terpenuhinya tiga kebutuhan akan kebahagiaan yaitu rasa penerimaan, kasih sayang dan pencapaian tujuan. Dari hasil

wawancara dan observasi terlihat dimensi penerimaan diri yang rendah pada perilaku keseharian guru YR yang kurang memiliki rasa percaya diri sehingga agak sulit dalam bersosialisasi dan kurang berani dalam mengemukakan pendapat dengan rekan guru serta merasa takut bila dipanggil oleh atasan. Sedangkan, guru J merasa malu menerima kesulitan dirinya dalam mengikuti perkembangan teknologi dimana tugas administrasi diperlukan keahlian menggunakan komputer. Adapula guru K yang kurang mampu dalam dimensi penguasaan lingkungan dan pertumbuhan diri, terlihat dari perilaku sering mengeluhkan beban kerja yang menumpuk dan selalu tidak selesai dengan alasan harus selalu mengikuti berbagai pelatihan dan kegiatan yang diselenggarakan diluar jam kerja, padahal guru K kurang bisa mengatur waktu dan tidak bisa melihat mana tugas yang penting untuk diselesaikan terlebih dulu.

Sebaliknya sebanyak 33 guru senilai 45,2% memiliki *psychological well-being* tinggi. Guru yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi terlihat sangat menikmati pekerjaannya, selalu ingin belajar untuk terus mengembangkan kemampuannya melalui pendidikan formal seperti melanjutkan kuliah lagi hingga pascasarjana, mampu melihat peluang untuk mengembangkan potensi diri dari pelatihan-pelatihan dan seminar yang diberikan, mampu menerima kelebihan dan kekurangan diri apa adanya, serta tidak menemukan kesulitan dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan tuntutan tugas.

Hasil tabulasi silang antara usia dengan *psychological well-being*, dihasilkan bahwa ada hubungan usia dengan *psychological well-being* ($p = 0,001 < 0,05$). Hal itu diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Ryff (dalam Fitria, 2016) bahwa salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kondisi *psychological well-being* seseorang adalah usia. Guru pada usia dewasa akhir cenderung memiliki *psychological well-being* lebih tinggi. Hal ini diduga sesuai tahapan perkembangan karir Super (dalam Putri,

2012), guru pada usia dewasa akhir berada pada masa pemantapan pekerjaan yang paling produktif dan kreatif. Dalam tahan kemantapan dalam karir ini, individu harus memenuhi dua tahap perkembangan yaitu pertama mencapai rasa aman dan nyaman dalam bekerja, hal ini terlihat pada perilaku guru S yang mampu mengatur waktu dan mengendalikan situasi untuk menyelesaikan tuntutan tugas yang diberikan tepat waktu tanpa melihatnya sebagai suatu beban atau hambatan, dapat mengatur waktunya untuk mengajar di sekolah dan tempat bimbingan belajar *private* setiap hari tanpa merasa kelelahan. Kedua, melakukan peningkatan dalam dunia kerja yang terlihat dari perilaku guru S yang mampu bersikap terbuka pada setiap pengalaman baru yang dinilai dapat membantu pertumbuhan dirinya dalam mengembangkan segala bentuk potensi yang ada, selalu bersikap positif akan pencapaian hidupnya selama ini, mampu mengatur tingkah laku secara mandiri tanpa harus melibatkan campur tangan dari orang lain, Serta memiliki cita-cita membangun sebuah sekolah sebagai tujuan hidup di masa depan.

Hasil uji tabulasi silang antara lama bekerja terhadap *psychological well-being* memperoleh hasil bahwa ada hubungan antara lama bekerja terhadap *psychological well-being* ($p = 0,001 < 0,05$). Didukung hasil penelitian Sumule (2008) pada guru yang bekerja di yayasan PESAT Nabire yang menyimpulkan bahwa salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kondisi *psychological well-being* adalah faktor pengalaman di masa lalu dan faktor dukungan sosial. Hal itu diduga guru lama merasa mendapat dukungan, saran dan penilaian dari rekan guru dan atasan yang merupakan orang terdekat di lingkungan kerja sehingga menciptakan hubungan dan suasana kerja yang nyaman. Dari data wawancara dengan guru P yang sudah mengajar selama 45 tahun, hasil evaluasi pada pengalaman baik dan buruk yang pernah ditemui selama ini cukup membantu dalam mengambil keputusan dan berpikir secara rasional untuk memecahkan masalah. Selain itu, guru P juga merasa

nyaman dilingkungan kerja karena memiliki relasi yang baik sesama rekan guru dan diberikan kepercayaan oleh pendiri yayasan untuk bertanggung jawab membimbing perkembangan siswa dan perkembangan sekolah.

Berbeda dengan hasil di atas, hasil uji tabulasi silang pada jenis kelamin, latar belakang tingkat pendidikan guru, jenjang atau tingkat pendidikan yang diajarkan dan status pernikahan memperoleh hasil tidak ada hubungan dengan *psychological well-being*. Sejalan dengan studi eksploratif Fitria (2016) tentang kesejahteraan psikologis guru honorer sekolah negeri di kabupaten Bantul yang menyatakan tidak ada hubungan tingkat kesejahteraan psikologis guru honorer dengan jenis kelamin, tingkat pendidikan dan status pernikahan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan dari penelitian mengenai gambaran *psychological well-being* guru di yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara, diperoleh kesimpulan sebagai berikut sebagian besar guru yayasan pendidikan swasta Jakarta Utara memiliki *psychological well-being* cenderung rendah. Selain itu, Faktor usia dan lama bekerja berhubungan dengan *psychological well-being* guru, Sedangkan faktor jenis kelamin, pendidikan terakhir, status pernikahan serta jenjang pendidikan yang diajarkan tidak berhubungan dengan *psychological well-being* guru.

Daftar Pustaka

- Riana Afifah, "Guru Tidak Cukup Hanya Mengajar", *edukasi.kompas.com*, 6 Mei 2017.
- Syaiful Bahri Djamarah, "Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif". Rhineka Cipta, Jakarta, 2000.
- Suparlan, "Guru Sebagai Profesi". Hikayat Publishing, Yogyakarta, 2006.

E. Mulyasa, "Menjadi Guru Profesional". PT. Remaja Rosdakarya, Bandung, 2005.

Thomas A. Wright & Russell Cropanzano, "A 5 year study of change in the relationship between well being and performance, Vol 51: Consulting psychology journal: practice and research, 2000.

Rini Indryawati, "Kesejahteraan Psikologis Guru Yang Mendapatkan Sertifikasi", *Jurnal Psikolog*, Universitas Gunadarma, Vol.7 No.2, Desember 2014.

Elizabeth B. Hurlock, "Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan". Erlangga, Jakarta, 1999.

Carol D. Ryff & Corey Lee M. Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.69 No.4, February 1995.

Saifuddin Azwar, "Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 2)". Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2014.

Fitria, "Studi Eksploratif Tentang Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer Sekolah Negeri Di Kabupaten Bantul". Skripsi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, 2016.

Siska Adinda Prabowo Putri, "Karir Dan Pekerjaan Di Masa Dewasa Awal Dan Dewasa Madya", *Majalah Ilmiah Informatika*, Fakultas Psikologi Universitas AKI Semarang, Vol. 3 No.3, September 2012.

Ruth Sumule, "Psychological Wellbeing Pada Guru yang Bekerja di Yayasan PESAT Nabire", *Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*, 2008.