

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres kerja merupakan suatu tekanan yang sering dirasakan oleh karyawan karena tidak mampu memenuhi tugas pekerjaannya dan menuntut kepuasan dari setiap individu. Sehingga pada saat salah satunya tidak tercapai maka akan mengakibatkan ketegangan. Ketegangan inilah wujud dari ketidakmampuan seseorang menghadapi kemampuannya sehingga menimbulkan rasa gelisah, frustrasi, rasa bersalah sampai pada rasa cemas hingga depresi. Dalam arti lain, stres kerja merupakan bentuk tanggapan seseorang baik fisik maupun mental terhadap suatu perubahan di lingkungan yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam dalam waktu yang lama dan menetap dapat menyebabkan seseorang mengalami *burnout syndrome* (Jauvani, 2017).

Burnout syndrome pertama kali diperkenalkan oleh *Freundeburger* seorang ahli psikologis klinis yang berasal dari New York pada tahun 1974. *Freundeburger* (1974) mengemukakan bahwa *burnout syndrome* merupakan tekanan pekerjaan yang menunjukkan respon negatif representasi dari sindrom *psychological stress* yang muncul saat tubuh dan pikiran merasa tegang menghadapi stres yang tinggi dalam waktu yang lama (*Freudenberger*, 1974).

Menurut survei *Gallup Workplace* (2018) menunjukkan bahwa 67% pekerja di Amerika Serikat mengalami *burnout syndrome* dengan frekuensi yang bervariasi, sedangkan di Jerman terdapat sekitar 2,7 juta pekerja yang mengalami kejadian *burnout syndrome* beberapa tahun lalu dan baru-baru ini mengalami lonjakan cuti sakit karena masalah stres mental terkait pekerjaan. Dampak *burnout syndrome* bagi karyawan diantaranya 63% lebih mengambil cuti sakit, 23% masuk UGD, 2,6 kali memutuskan untuk resign, dan 13% kurang percaya diri terhadap kinerja mereka (Wigert, 2020).

Adapun dimensi *burnout syndrome* diantaranya ialah kelelahan emosional merupakan suatu keadaan dimana individu merasa kehilangan banyak energi dan semangat hidup, merasa kesulitan dalam berpikir dan mengerjakan sesuatu, serta ketidakmampuan individu bersosialisasi dengan orang lain (kurang percaya diri). Depersonalisasi merupakan suatu keadaan yang dapat menimbulkan sifat negatif, kasar, menjaga jarak, menjauhi lingkungan sosial, dan tidak peduli pada lingkungan dimana mereka berbeda, biasanya kondisi seperti ini membuat individu menjadi seseorang yang introvert. Adapun penurunan prestasi yang ditunjukkan dengan berkurangnya kompetisi untuk mencapai keberhasilan, adanya perasaan tidak mampu, merasa putus asa, serta tidak adanya motivasi dalam bekerja serta mengakibatkan seorang karyawan mangkir kerja (Maslach, C., Leiter, M. P., 2009).

Menurut Pines dan Aronson (1988) mengatakan bahwa dampak seseorang terkena *burnout syndrome* terbagi atas sakit fisik yang ditandai dengan sakit kepala, demam, tegang pada otot leher dan bahu, sering flu, susah tidur, dan rasa letih yang kronis. Kelelahan emosional ditandai dengan rasa bosan terhadap pekerjaan, mudah tersinggung, sinisme, suka marah, gelisah, putus asa, tertekan dan sebagainya. Kelelahan mental ditandai dengan sikap acuh tak acuh pada lingkungan, sikap negatif terhadap orang lain, putus asa, dan lainnya. *Burnout syndrome* ini juga berdampak pada penurunan prestasi kerja karena stres yang tinggi (Pines & Aronson, 1988).

Berbagai profesi yang bekerja dalam bidang pelayanan terutama pada bidang pendidikan beresiko besar mengalami *burnout syndrome*. Hal ini dikarenakan seorang guru merupakan ujung tombak pemerintah yang bekerja di sektor pelayanan masyarakat yang diharuskan memiliki kompetensi, pengalaman, keterampilan, dan keahlian tetap. Berdasarkan hasil penelitian Kleiber dan Ensmann (2018) menemukan bahwasannya sebesar 32% *burnout syndrome* dialami oleh guru dan merupakan persentase tertinggi dibandingkan pekerjaan lainnya di bidang pelayanan masyarakat (Rahmi & Nio, 2021). Sedangkan prevalensi *burnout syndrome* guru di Indonesia menyatakan bahwa terdapat 30,27 % guru mengalami stres kerja yang serius, 48,11 % guru mengalami stres kerja sedang,

dan 21,62 % guru mengalami stres yang kurang serius. Berdasarkan hasil survei *World Development Report* (2004) menunjukkan bahwa tingkat kemangkiran guru di Indonesia adalah sebesar 19%. Hasil survei yang ada ini tergolong besar dari beberapa negara berkembang yang ada di Asia (Purba et al., 2007).

Adapun faktor-faktor lain yang mengakibatkan *burnout syndrome* pada guru dan staff di sekolah swasta antara lain banyaknya jumlah jam mengajar, tuntutan siswa saat belajar, kurangnya dukungan pemerintah, tuntutan orangtua siswa, beban kerja yang melebihi kemampuan, sistem kebijakan sekolah, serta kurikulum yang selalu berubah-ubah (Rahmi & Nio, 2021).

Berdasarkan studi awal yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 2, SMA Muhammadiyah 2, SMK Muhammadiyah 2 dan SMP Muhammadiyah 3 Samarinda melalui metode wawancara kepada kepala sekolah serta perwakilan guru dan staff TU didapat hasil bahwasannya baik guru maupun staff rata-rata mengalami kelelahan kerja hingga mengalami *burnout syndrome*. Ciri atau gejala yang dialami oleh guru dan staff yang terkena *burnout syndrome* biasanya berupa kehilangan tenaga dan motivasi kerja. Hal ini jika terjadi terus menerus akan menimbulkan dampak yang sangat parah baik fisik maupun mental, sehingga mengakibatkan seorang guru dan staff mengalami stres kronis hingga depresi yang mengakibatkan seorang guru dan staff tidak turun kerja atau mangkir kerja.

Berdasarkan analisis situasi dan wawancara pada stres guru dan staff di sekolah swasta Samarinda tersebut, alasan peneliti memilih sekolah swasta dibandingkan sekolah negeri sebagai objek penelitian dikarenakan adanya perbedaan yang signifikan antara sekolah negeri maupun swasta antara lain pertama, sekolah swasta dibiayai oleh stres sedangkan sekolah negeri pembiayaan berasal dari dana BOS dari pemerintah yang telah ditetapkan. Hal ini dibuktikan bahwasannya seluruh fasilitas maupun pemasukan dari sekolah swasta berasal dari para peserta didik. Hal yang ditakutkan adalah apabila terdapat peserta didik yang tidak mampu untuk membayar SPP atau dalam istilah nya adalah menunggak pembayaran maka akan berpengaruh dengan pendapatan sekolah dan biaya sarana prasarana juga akan terhambat. Kedua, jumlah siswa swasta stres lebih terbatas dibandingkan dengan sekolah negeri. Hal ini sangat berhubungan dengan pendanaan sekolah, sehingga tenaga pendidik yang ada diberdayakan dan memiliki jabatan lebih dari satu. Ketiga, kurikulum di sekolah swasta tidak hanya kurikulum akademik yang biasa digunakan di sekolah negeri, tetapi terdapat kurikulum tambahan yang sesuai dengan latar belakang sekolah seperti penambahan mata pelajaran stres Arab, kemuhammadiyah, agama Islam, tahfidz, dan sebagainya. Hal ini akan menambah tanggung jawab seorang guru di sekolah swasta terkait bidang akhlak dan Aqidah dengan tujuan untuk meningkatkan

mutu sekolah tersebut agar dapat bersaing dengan guru di sekolah negeri. Keempat, cara belajar. Siswa sekolah swasta terbilang lebih dinamis karena terbiasa berdiskusi dalam kegiatan belajar mengajar dengan guru di kelas. Hal itu bisa terjadi karena jumlah siswa yang terbatas sehingga pengawasan dan bimbingan kepada peserta didik lebih banyak dan intensif dibanding sekolah negeri, sehingga guru memiliki waktu yang lama dalam memberikan bimbingan yang intensif kepada para peserta didiknya. Kelima, cara pergaulan. Sekolah swasta khususnya sekolah yang berlatar belakang agama akan memiliki cara pergaulan yang lebih homogen dibandingkan dengan pergaulan yang ada di sekolah negeri, sehingga tuntutan dari guru sekolah swasta terkait perilaku lebih diutamakan.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan subjek penelitian yaitu guru dan staff sekolah swasta karena memiliki tuntutan dan tanggungjawab yang lebih besar stres sekolah negeri serta untuk menganalisis hubungan stres kerja dengan *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian apakah ada Hubungan Stres Kerja Dengan *Burnout Syndrome* Pada Karyawan di Sekolah Swasta Samarinda ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan Stres Kerja Dengan *Burnout Syndrome* Pada Karyawan di Sekolah Swasta Samarinda.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi stres kerja pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda.
- b. Mengidentifikasi kejadian *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda.
- c. Mengetahui hubungan hubungan stres kerja dengan *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Sekolah Swasta Samarinda

- a. Sebagai masukan bagi pihak sekolah untuk mengambil kebijakan mengenai pencegahan stres kerja yang berlebihan.

- b. Sebagai masukan bagi karyawan baik guru maupun staff untuk mengetahui resiko stres kerja yang berlebihan dan upaya pencegahannya.

1.4.2 Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

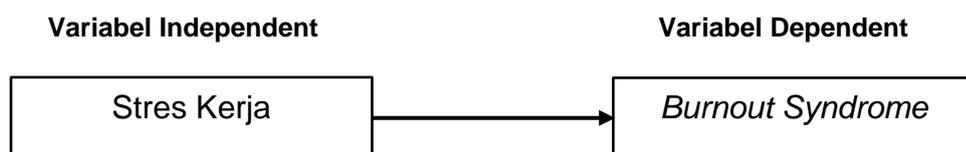
- a. Sebagai bahan referensi untuk penelitian yang akan datang.
- b. Sebagai evaluasi dan penyelenggaraan program studi S1 Kesehatan Masyarakat.
- c. Sebagai indikator keberhasilan dari proses belajar mengajar selama kuliah.

1.4.3 Bagi Mahasiswa

- a. Sebagai bahan masukan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya,
- b. Menambah pengalaman dan keterampilan di bidang penelitian.
- c. Dapat menganalisa masalah-masalah yang akan terjadi pada saat di lapangan.

1.5 Kerangka Konsep

Berdasarkan penelitian ini terdapat kerangka konsep sebagai berikut:



Gambar 1.1 Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Stres Kerja Dengan *Burnout Syndrome* Pada Karyawan di Sekolah Swasta Samarinda

1.6 Hipotesis

Hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah dalam suatu penelitian yang kebenarannya dibuktikan dalam penelitian. Sifat sementara berarti jawaban dari rumusan masalah tersebut masih lemah dan masih terdapat kemungkinan-kemungkinan yang terjadi apakah benar atau salah, diterima atau ditolak (Notoatmojo, 2018). Jawaban sementara tersebut, baru didasarkan atas teori-teori yang terkait atau didasarkan atas suatu penalaran, yang belum teruji secara empiris.

H_1 : “Ada Hubungan antara stres kerja dengan *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda”.

H_0 : “Tidak ada Hubungan antara stres kerja dengan kejadian *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda”.