

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesejahteraan psikologis merupakan keadaan dimana individu menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan tumbuh secara personal. Setiap individu menginginkan untuk hidup sejahtera baik fisik maupun psikologisnya, individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan merasa bahagia dan dapat menjalankan fungsinya sebagai manusia yang positif (Gunawan & Hendriani, 2019).

Guru berperan penting dalam menentukan mutu dan kualitas pendidikan. Disebutkan dalam UU RI Nomor 14 tahun 2005 tentang Guru pada Pasal 1 Ayat 1 bahwa,

‘Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini di jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru berperan sebagai pembimbing dalam melaksanakan proses belajar mengajar. Menyajikan keadaan-keadaan yang membuat peserta didik merasa nyaman dan mendapatkan perhatian’.

Maryatun (2016) menyatakan Guru PAUD merupakan guru yang membimbing atau mengajar dalam bidang anak usia dini. Guru PAUD bukan mengajar saja, melainkan bagaimana memfasilitasi perkembangan (psikologis), pertumbuhan fisik, dan dunia belajar anak. Guru PAUD adalah orang yang dapat bertanggung jawab untuk merencanakan, melaksanakan, menilai, melakukan pembimbingan dan pelatihan dalam pembelajaran pada anak usia 0-6 tahun secara

kompleks. Guru PAUD memiliki tugas yang kompleks dibandingkan dengan guru pada pendidikan yang di atasnya, karena PAUD merupakan pendidikan yang paling mendasar sebagai fondasi pendidikan selanjutnya. Guru PAUD diharapkan mampu merancang kegiatan yang menarik dan menantang, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, dapat mengamati dan mencatat proses tumbuh kembang anak didiknya, dan mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan anak didiknya.

Setiap orang yang berprofesi menghasilkan sebuah penghasilan, penghasilan dalam sebuah profesi merupakan salah satu penentu kesejahteraan pekerja. Kesejahteraan guru PAUD juga perlu untuk diperhatikan. Karena setiap orang menginginkan suatu kesejahteraan dalam kehidupannya, begitupun dengan seseorang yang berprofesi sebagai guru PAUD. Kebutuhan sehari-hari telah membuat konsentrasi guru PAUD terpecah antara tugas menjadi seorang guru PAUD yang harus meningkatkan pembelajaran dengan inovasi – inovasi baru dengan pembelajaran media dan kapasitas dirinya tetapi guru PAUD harus memenuhi kebutuhan dengan melakukan suatu usaha maupun kegiatan lain. Hal ini menyebabkan guru PAUD berusaha untuk memenuhi kebutuhan hidupnya untuk mencapai kesejahteraan. Dengan begitu pemenuhan kebutuhan tersebut berkaitan dengan kesejahteraan psikologis seseorang, di mana semakin terpenuhinya kebutuhan psikologinya tersebut, maka kesejahteraan psikologisnya akan semakin meningkat. Oleh karena itu, uang dianggap hal untuk meningkatkan akses dalam memperoleh kesenangan dan merealisasikan diri untuk mencapai suatu kesejahteraan psikologis (Ryan & Deci, 2001).

Bare (2017) Dikutip dari internet Tribun Jateng.com pada Selasa, 12 Desember 2017. Menilik cerita sosok guru PAUD honorer di Kota Tegal yang bernama Ari. Setiap bulannya, Ari menerima gaji di bawah upah minimum kabupaten (UMK) Kota Tegal. Ari telah mengajar selama lima tahun di PAUD Syuhada. Walau demikian, pengajar PAUD Syuhada ini tetap mengabdikan untuk putra-putri bangsa. Ari menjelaskan jika guru PAUD memang sudah menjadi jatah pekerjaannya. Selain mengajar Ari membantu menulis laporan perkembangan anak, pengisian aplikasi Dapodik, dan pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Menurut Ari, jika dihitung gaji yang diterima, sepertinya tidak mencukupi kebutuhan hidupnya. Meski gajinya kecil, Ari tetap menerima dan terus mengajar dengan kasih sayang. Ari berharap pemerintah setempat memperhatikan nasib para guru PAUD yang mengajar di Kabupaten Tegal, termasuk kesejahteraan guru PAUD untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Setiawan dan Budiningsih dalam penelitiannya tahun 2014 menyatakan minimnya kesejahteraan guru PAUD menyebabkan konsentrasi guru PAUD menjadi tidak teratur. Pertama, seorang guru PAUD harus menambah ilmu pembelajarannya dengan berinovasi dengan media, metode pembelajaran, dan kapasitas cara mengajarnya serta menambah dan memperbaharui wawasan pembelajarannya. Kedua, seorang guru PAUD dituntut untuk memenuhi kesejahtraannya dengan cara melakukan usaha ataupun kegiatan lain seperti bimbingan belajar, dan lain-lain (Setiawan & Budiningsih, 2014).

Berdasarkan hasil wawancara dengan T (30 tahun) pada tanggal 14 Maret 2019, seorang guru PAUD di kecamatan Mayong menyatakan T menjadi guru PAUD sudah 4 tahun, dari gaji bulan pertama mengajar yang diterima Rp 150.000 dan sekarang sudah menjadi Rp 300.000. T merasa belum puas dengan profesi yang digelutinya. T mengaku, menjadi guru PAUD repotnya luar biasa mendidik anak-anak, membuat pembelajaran yang inovatif tetapi pendapatannya tidak seberapa, belum lagi setelah mengajar PAUD T harus mengurus pekerjaan yang lain untuk menambah pendapatannya dan T merasa kurang puas dengan apa yang dimiliki saat ini seharusnya dapat menggapai profesi yang lebih dari guru PAUD. Disisi lain, pekerjaan menjadi guru PAUD dinilai sebagai pekerjaan yang kurang bergengsi di masyarakat lingkungan tempat tinggal T karena pendapatannya yang tidak seberapa. Hal tersebut membuat T kurang nyaman, sehingga ejekan kerap diterimanya dan banyak yang tidak mendukung terutama orang tua T dan menyuruh T untuk berhenti menjadi guru PAUD dan mencari pekerjaan lain.

Wawancara kedua dilakukan dengan inisial A (33 tahun) pada tanggal 17 Maret 2019. A menjadi guru PAUD 2 tahun ini, pada awalnya gaji yang diterima A sebesar Rp 150.000 lama kelamaan gajinya menjadi Rp 250.000. Menurut A dengan gaji yang didapatkan A saat ini sangat belum sejahtera karena kebutuhan keluarga banyak. A merasa kurang beruntung karena A sudah menempuh pendidikan sampai S1 tetapi hanya mendapatkan pekerjaan sebagai guru PAUD yang pendapatannya dirasa kurang dan harus kerja sampingan seperti menjahit. A juga merasa kurang tentram karena dipandang sebelah mata menjadi guru PAUD oleh orang di sekitarnya karena pendapatannya. Dan A merasa tidak nyaman

dengan perkataan orang tentang pekerjaannya. Banyak teman dan saudara yang tidak mendukung A untuk menjadi seorang guru karena gajinya yang tidak seberapa. Terkait penerimaan diri, A merasa penghasilannya sebagai guru PAUD kurang menjanjikan untuk mencukupi kebutuhan bulanannya. A merasa tidak nyaman dengan perkataan orang tentang pekerjaannya sebagai guru PAUD dan A merasa lelah dengan pekerjaannya sebagai guru PAUD.

Berbeda dengan T dan A, O (30 tahun) yang diwawancarai pada tanggal 17 Maret 2019. Menjadi guru PAUD sejak tahun 2011. Gaji pertamanya sebesar Rp 40.000 sekarang sudah naik menjadi Rp 100.000. Gaji yang diterima O sangat sedikit dan tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya tetapi O tetap bersyukur. Menurut O dengan gaji yang sangat sedikit yang terpenting O bisa mengamalkan ilmunya itu semua sudah cukup dan semua itu O niatkan sebagai ladang amal. O tetap memiliki usaha sampingan lainnya membuat usaha menjual ATK (alat tulis sekolah). Tidak ada yang merendahkan profesi O sebagai guru PAUD mereka lebih menghargai profesinya karena mengajar anak-anak itu tidak mudah. O mempunyai tujuan yaitu ingin mengembangkan kemampuannya sebagai guru PAUD dan bekerja keras untuk masa depannya. O mendapat dukungan moril maupun materil dan juga doa dari keluarganya. Terkait dengan hubungan positif dengan orang lain, O mampu menjalin hubungan baik dengan lingkungan sekitarnya, hal tersebut membuat mereka saling menghormati dan menghargai satu sama lain. Menurut O belajar bersama anak-anak membuat bahagia dunia dan akhirat karena kepolosan anak didik O.

Kesejahteraan psikologis merupakan hidup yang berjalan dengan baik, hal tersebut merupakan gabungan dari perasaan yang baik dan berfungsi secara efektif. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi mempunyai perasaan senang, mampu mendapat dukungan dan puas dengan kehidupannya (Huppert, 2009). Kesejahteraan psikologi dianggap sebagai kehidupan yang dapat berjalan dengan baik, berkombinasi dengan perasaan yang sejahtera dan mempunyai fungsi yang efektif. Individu yang mempunyai kesejahteraan yang tinggi merasa dirinya mampu, mendapatkan dukungan, merasa puas dengan kehidupan dan memiliki perasaan bahagia (Hamburger, 2009).

Ryff (2014) menyatakan kesejahteraan psikologis berhubungan dengan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Pentingnya kesejahteraan psikologis khususnya bagi guru PAUD, apabila seorang guru PAUD dapat menghadapi masalahnya dan dapat berkompetensi mengatur lingkungan, maka psikologisnya akan berdampak positif. Jiwa yang sejahtera mencerminkan seberapa positif diri seseorang dalam menghayati dan menjalani fungsi psikologisnya (Setiawan, 2014). Sebaliknya, minimnya kesejahteraan guru dapat merusak konsentrasi guru dalam mengajar. Seorang guru dituntut untuk memenuhi kesejahteraannya dengan melakukan berbagai macam usaha seperti, membuka katering, bimbingan belajar dan lainnya. Dengan gaji yang jauh dari UMR (Upah Minimum Regional) untuk guru PAUD maupun honorer dan beban kerja yang tidak kalah beratnya dengan guru PNS. Disisi lain, guru masa kini juga dituntut kreatif dan melek teknologi untuk menunjang

kegiatan belajar mengajar disekolah. Gaji yang minim membuat semangat guru menjadi menipis karena dibutuhkan biaya yang tidak sedikit seperti kepemilikan laptop, media pembelajaran dan lainnya yang tidak sebanding dengan gaji yang diterimanya (Ghaybiyyah, 2017).

Wood, Joseph, dan Maltby (2009) menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi seseorang, yaitu rasa syukur. *Gratitude* atau rasa syukur merupakan suatu perasaan terima kasih dan senang atas respon penerimaan hadiah, hadiah itu memberikan manfaat bagi seseorang atau suatu kejadian yang memberikan kedamaian (Peterson & Seligman, 2004). Rasa syukur merupakan bentuk ciri pribadi yang dapat berpikir positif, menjadi salah satu kekuatan positif yang paling memberikan keuntungan bagi diri individu dan mempresentasikan hidup menjadi lebih positif (Wood, Joseph & Maltby, 2009).

Rasa syukur adalah bentuk emosi atau perasaan, yang akan berkembang menjadi sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian, dan dapat mempengaruhi reaksi seseorang terhadap situasi. Rasa syukur adalah perasaan terima kasih atas segala sesuatu yang sudah diterima dan fokus terhadap dirinya saat ini. rasa syukur juga dapat merubah respon emosi menjadi lebih bermakna pada suatu peristiwa (McCullough, Emmons, & Tsang, 2004).

Prabowo (2017) mengungkapkan individu yang dalam dirinya mempunyai rasa syukur akan mengambil hal-hal yang bersifat positif, sehingga dapat memahami diri menerima kebaikan dari Tuhan maupun orang di sekitarnya,

sehingga dapat meningkatkan pemikiran yang positif untuk berperilaku baik terhadap orang-orang lain dalam bentuk perbuatan, perkataan, maupun perasaan.

Hasil penelitian Aisyah dan Chisol (2018) yang berjudul “Rasa syukur kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar” menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis guru honorer. Hal tersebut seperti yang dikemukakan Wood, Joseph & Maltby (2009) bahwa rasa syukur memiliki hubungan positif dengan kepuasan hidup, gairah hidup, dan kebahagiaan. Sebaliknya rasa syukur memiliki hubungan negatif dengan perasaan negatif seperti kedengkian dan depresi yang berarti semakin tinggi rasa syukur maka semakin rendah perasaan dengki dan depresi.

Ryff (2014) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh dukungan sosial. Dukungan sosial adalah perasaan nyaman, perhatian, dan pertolongan yang diapresiasi oleh individu yang didapatkan dari orang lain untuk memberi dukungan pada individu dalam menghadapi masalah di kehidupan sehari-hari. Menurut Sanderson (2004) seseorang yang memiliki dukungan dari teman maupun keluarga memungkinkan individu memiliki sumber daya yang lebih besar untuk mengatasi peristiwa yang dapat menimbulkan stress, sehingga memungkinkan individu kurang melihat peristiwa tersebut sebagai sebuah permasalahan.

Uchino (2009) mengatakan dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia untuk seseorang dari orang

atau kelompok lain. Sarafino (2011) menjelaskan dukungan sosial datang dari banyak sumber, yaitu pasangan, keluarga, teman, maupun organisasi masyarakat. Individu dengan dukungan sosial percaya bahwa individu tersebut dicintai, dihargai, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Dukungan sosial mengacu pada tindakan sebenarnya yang dilakukan oleh orang lain. Sarafino & Smith (2015) menjelaskan dukungan sosial tidak hanya mengacu pada tindakan yang dilakukan orang lain tetapi juga mengacu pada persepsi seseorang bahwa kenyamanan, kepedulian, dan bantuan yang tersedia dapat dirasakan dukungannya.

Dalam penelitian Nugraheni dan Pratisti (2016) yang berjudul “Hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological wellbeing* pada gur honorer” mengungkapkan ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga kesejahteraan psikologis. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah juga kesejahteraan psikologis. Di lingkungan sekolah, guru PAUD diharapkan mendapatkan dukungan sosial yang baik dari teman maupun keluarga. Jika guru PAUD mendapatkan dukungan sosial, maka guru PAUD tersebut dapat menjalankan tugasnya dengan lebih baik lagi. Sebaliknya, apabila guru PAUD tidak mendapatkan dukungan sosial, maka guru tersebut akan merasa tidak memiliki penopang jika sedang menghadapi masalah dan akan merasa kebingungan. Seorang guru PAUD membutuhkan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya agar dapat terpenuhi kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Rasa Syukur dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Guru PAUD” .

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik hubungan antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis guru PAUD di Kecamatan Mayong.

C. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan khazanah keilmuan psikologis, khususnya dalam bidang psikologi sosial tentang hubungan antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada guru PAUD di Kecamatan Mayong.

b. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis penelitian ini adalah :

1. Bagi Guru PAUD

Menambah pengetahuan serta wawasan terkait hubungan antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis

2. Bagi Peneliti lain

Dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti berkaitan dengan kesejahteraan psikologis