

SUMBANGAN RELIGIUSITAS TERHADAP STRES KERJA AKIBAT PANDEMI COVID-19 PADA GURU DI SEKOLAH DASAR NEGERI KECAMATAN KREMBUNG

Oleh:

Novia Dewi Muda Dini

Lely Ika Mariyati

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

September, 2022

Pendahuluan

Berbagai profesi yang mendapatkan dampak dari pandemi Covid-19 seperti dokter, perawat, mahasiswa hingga dosen. Kondisi pandemi Covid-19 ini dapat memunculkan berbagai masalah salah satunya adalah stres dalam bekerja. Pada penelitian sebelumnya ditemukan hasil bahwa terdapat tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja sebesar 56,7% (kategori sedang) [2], pada profesi dosen juga mengalami stres kerja yang berada pada rentang $1.82 < 2.61$ / kategori rendah [3], kemudian pada profesi guru juga mengalami stres kerja sebesar 66% (kategori sedang)[4]. Dari ketiga profesi tersebut profesi guru yang paling banyak mengalami stres saat kerja.

Terdapat SDN yang berada di Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo berjumlah 235. Guru yang terdiri dari guru yang berstatus PNS dan guru yang berstatus non-PNS. Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti ke 3 guru SDN menunjukkan bahwa semua guru tersebut mengeluh dan merasakan dampak dari pandemi Covid-19 yang mengharuskan pembelajaran dilakukan dengan Daring. Banyak kendala yang dihadapi para guru dalam pelaksanaan pembelajaran daring dari dampak pandemi Covid-19, diantaranya Handphone yang dimiliki guru harus mempunyai memori besar karena semua tugas diberikan melalui Handphone dan jika selesai harus dikirim lewat handphone, guru dituntut untuk memberikan materi yang mudah dipahami oleh siswa, kesulitan dalam melakukan penilaian, menambahnya biaya pulsa, protes dari orang tua murid, dan lain-lainnya. Kendala yang dihadapi para guru menimbulkan stres kerja. Stres kerja yang dialami guru menimbulkan kegelisahan, mood yang kurang baik, mudah emosi, semangat kerjanya menurun dan pekerjaan rumah menjadi terbengkalai.

Lanjutan

Menurut Santrock (2011), dalam melakukan coping stres ada enam strategi yang dapat dilakukan, antara lain:

- a) *problem-focused coping*
- b) *social support*
- c) pikiran optimis
- d) perilaku asertif
- e) program manajemen stres.
- f) *religios* yaitu sikap individu menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan dalam hubungannya secara vertikal kepada Tuhan.

Lanjutan



Religiusitas menjadi faktor penting seseorang dalam mengelola stres yang dialami. Aspek religiusitas menjadi tiga, yaitu dimensi keyakinan, dimensi praktek keagamaan, dan dimensi pengalaman pada agama yang diyakini. Terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan stres kerja pada anggota Brimob Polda Riau. Hubungan positif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah stres kerja dan sebaliknya semakin rendah tingkat religiusitas maka semakin tinggi pula stres kerja yang dialaminya

Rumusan Masalah

Rumusan Masalah

Adakah Hubungan Antara Religiusitas Terhadap Stres Kerja Akibat Pandemi Covid-19 Pada Guru di SDN Kecamatan Krebung?

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Hubungan Antara Religiusitas Terhadap Stres Kerja Akibat Pandemi Covid-19 Pada Guru di SDN Kecamatan Krebung.

Keunikan Penelitian

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Farhan dkk (2018) yang berjudul “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Stres Kerja Pada Anggota Brimob Polda Riau”. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh (Farhan dkk, 2018) dengan peneliti saat ini terdapat pada tempat penelitian dimana peneliti terdahulu dilakukan Pada Anggota Brimob Polda Riau sedangkan penelitian ini dilakukan di SDN seKecamatan Krebung.

Dinamika Hubungan

Stres kerja bisa menjadi beban pikiran bagi seorang guru yang tanpa disadari berdampak negatif pada kesehatan. Gejala stres berlebih yang perlu diwaspadai adalah gangguan irama jantung, mual, muntah, gemetar, berkeringat, mulut kering, nyeri dada, sakit kepala, sakit perut, dan nyeri otot. Stres kerja yang dialami seorang guru mengindikasikan bahwa adanya ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dan diasumsikan karena kurang mendalamnya pemahaman agama (Religiusitas).

Religiusitas mempunyai peran penting dalam kehidupan manusia. Religiusitas dalam diri seseorang dapat memberikan pengarahan atau bimbingan, dukungan, dan harapan, seperti halnya pada dukungan emosi. Religiusitas adalah tingkat pengetahuan, keyakinan, pelaksanaan, dan penghayatan seseorang atas ajaran agama yang diyakininya (Ancok et al., 2015). Seseorang yang memiliki religiusitas yang tinggi mempunyai pengetahuan mengenai ilmu agama, memiliki keimanan yang kuat, taat dalam beribadah dan memiliki akhlak yang baik, serta memiliki pemahaman yang tinggi atas agama yang dipeluknya. Tingkat religiusitas pada seseorang meliputi beberapa aspek yaitu *intellect, ideology, public practice, private practice dan religius experience*.

Hipotesis



Terdapat hubungan negatif antara religiusitas terhadap stres kerja. Artinya, semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah tingkat stres kerja pada guru, sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin tinggi tingkat stres kerja pada guru.

Metode

Tipe Penelitian **Kuantitatif Korelasional**

Populasi
235 Guru

Sampel
148 Guru

Teknik Sampling
Insidental sampling

Teknik Pengumpulan Data

1. **Skala Religiusitas**
2. **Skala Stres Kerja**

Hasil

Berdasarkan tabel kategori skor subjek diketahui bahwa pada variabel religiusitas terdapat 40 subjek yang termasuk kategori tinggi, 88 subjek yang termasuk kategori sedang, 12 subjek yang termasuk kategori rendah, serta 8 subjek yang termasuk kategori sangat rendah. Sedangkan pada variabel stres kerja diketahui terdapat 43 subjek yang termasuk dalam kategori tinggi, 73 yang termasuk kategori sedang, 13 yang termasuk kategori rendah, serta 19 yang termasuk dalam kategori sangat rendah. Hal ini dapat dinyatakan bahwa stres kerja guru yang rendah disebabkan oleh tingginya religiusitas dari guru. Seorang guru dengan tingkat keyakinan yang tinggi terhadap Tuhannya akan memiliki tingkat stres yang rendah. Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka akan semakin rendah tingkat stres yang dimiliki.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisa di atas, bahwa hasil koefisien nilai r_{xy} sebesar -0,205 dengan nilai signifikansi sebesar $0,006 < 0,05$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti yakni adanya hubungan negatif antara religiusitas dengan stres kerja guru. Artinya semakin tinggi religiusitas yang dimiliki guru maka semakin rendah stres kerja yang dialami guru. Sebaliknya semakin rendah religiusitas yang dimiliki guru maka semakin tinggi stres kerja yang dialami guru.

Temuan Penting Penelitian

Penelitian lain yang sejalan dengan hasil penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Kirana & Rustam (2020) menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa. Dimana kecemasan merupakan emosi negatif yang ditandai dengan gugup, stres, khawatir, dan ketakutan yang terkait dengan aktivasi atau kegairahan pada tubuh.

Religiusitas mempunyai hubungan dengan stres kerja, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ambarita & Nathania (2021) dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara religiusitas dengan stres kerja pada anggota Brimob Polda Riau. Resiko pekerjaan sebagai anggota Brigade Mobil Polisi yang memiliki sejumlah tuntutan dan cenderung menyebabkan stres pada pekerjaan dan bahkan menyebabkan banyak masalah internal. Hal ini mengharuskan anggota Brimob untuk lebih meningkatkan religiusitas seperti menyerah dan mendekati diri kepada Allah SWT.

Manfaat

Manfaat bagi guru dan sekolah diharapkan mampu meningkatkan religiusitas dengan cara melakukan do'a bersama sebelum Bapak atau Ibu guru mengajar dalam kelas masing-masing, melakukan istiqosah bersama setiap seminggu sekali dalam lingkup sekolah, serta di adakan tadabur alam setiap satu tahun sekali, sehingga guru tidak hanya dihadapkan dengan mengajar serta membuat soal-soal dalam ujian sekolah, dengan aktivitas-aktivitas positif seperti pemaparan diatas maka tingkat stres yang dialami guru semakin menurun dengan adanya aktivitas yang mendekatkan diri kepada Allah SWT, serta memunculkan ide-ide baru dalam mengajar guru dikelas.

Referensi

- [1] Y. H. "Pemahaman Sumber Daya Manusia," *Pemahaman Sumber Daya Mns.*, 2016.
- [2] I. Miftahul Huda, C. Makaginsar, D. Septriana Rosady Prodi Pendidikan Kedokteran, F. Kedokteran, and U. Islam Bandung, "Hubungan Religiusitas terhadap Stres Kerja Tenaga Kesehatan di Puskesmas Kalangsari Kabupaten Karawang pada Masa Pandemi COVID-19," *Bandung Conf. Ser. Med. Sci.*, vol. 2, no. 1, pp. 787–794, 2022, [Online]. Available: <https://proceedings.unisba.ac.id/index.php/BCSMS/article/view/1629>
- [3] M. A. Kusnadi, "Hubungan antara beban kerja dan self-efficacy dengan stres kerja pada dosen Universitas X," *J. Ilm. Mhs. Univ. Surabaya*, vol. 3, no. 1, pp. 1–15, 2014, [Online]. Available: [file:///C:/Users/User/Downloads/1751-Article Text-3217-1-10-20190219 \(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/1751-Article Text-3217-1-10-20190219 (1).pdf)
- [4] K. Nastasia, "Hubungan Antara Resiliensi dengan Stres Kerja pada Guru Pada Masa Pandemi Covid-19," *Psyche 165 J.*, vol. 15, no. 2, pp. 86–92, 2022, doi: 10.35134/jpsy165.v15i2.170.
- [5] Z. Esita and Rohmiati, "Stres dan Manajemen Stres Guru Taman Kanak-kanak di Kota Kendari," *RAP (Riset Aktual Psikol. Univ. Negeri Padang)*, vol. 7, no. 2, 2016.
- [6] Tri and S. R. Cicilia, "Pengaruh Work From Home (WFH) Terhadap Kinerja Guru SD Negeri Dengkek 01 Pati Selama Masa Pandemi Covid-19," 2020.
- [7] S. Zetli, "Hubungan Beban Kerja Mental Dan Stres Kerja Pada Tenaga Kependidikan Di Kota Batam," *J. Rekayasa Sist. Ind.*, vol. 4, no. 2, pp. 63–70, 2019, doi: 10.33884/jrsi.v4i2.1061.
- [8] M. E. Weken, A. E. Mongan, and J. S. Kekenusa, "Hubungan antara Beban Kerja, Konflik Peran, dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Guru di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Manado Pada Masa Pandemi Covid-19," *J. Public Health Community Med.*, vol. 1, no. 4, 2020.
- [9] ABBAS and N. ERSIS WARMANSYAH and Erlyani, "Menulis di Kala Badai Covid-19."
- [10] J. Robbins, "Políticas y prácticas de recursos humanos," *Comport. Organ.*, 2016.
- [11] J. L. Gibson, *Organisasi, Perilaku, Struktur, Proses*. Erlangga (ed.); 5th ed.), 2015.
- [12] M. Umamit, "Hubungan Stres Kerja dengan Keterlibatan Kerja Pada Karyawan," *Dr. Diss. Univ. Muhammadiyah Malang*, 2016.
- [13] A. N. Jamaludin, *Sosiologi Perkotaan: Memahami Masyarakat Kota dan Problematikanya*. Bandung: CV Pustaka Setia, 2015.
- [14] O. Y. Farhan, Fikri, and A. Hidayat, "Hubungan antara religiusitas dengan stres pada anggota brimbod Polda Riau," *An-nafs J. Fak. Psikol.*, vol. 12, no. 1, pp. 12–21, 2018.
- [15] I. K. A. B. Utama and I. B. K. Surya, "Pengaruh Religiusitas, Adversity Quotient Dan Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Stres Kerja," *E-Jurnal Manaj. Univ. Udayana*, vol. 8, no. 5, p. 3138, 2019, doi: 10.24843/ejmunud.2019.v08.i05.p20.
- [16] A. Triwahyuni and A. L. Kadiyono, "Metode Islamic Religion-Focused Coping sebagai Strategi Mengatasi Stres Kerja," *Psikoislamika J. Psikol. dan Psikol. Islam*, vol. 17, no. 2, pp. 62–74, 2020.
- [17] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta, 2017.
- [18] D. Ancok, S. Ardani, and F. Suroso, *Psikologi Islam Solusi Islam Atas Problem-Problem Pskologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- [19] A. V. Kirana and A. Rustam, "RELIGIUSITAS DAN STRES MENGHADAPI UJIAN NASIONAL PADA SISWA SMA KELAS XII Adeline," 2010.

